VOLKSHOCHSCHULE LEONBERG

LEONBERG



Programm 2. Semester 2015

September 2015 – Februar 2016

vhs-Geschäftsstelle
Postfach 19 62
71209 Leonberg
Telefon 07152 3099-30
Telefax 07152 3099-10

Neuköllner Straße 3
71229 Leonberg
E-Mail: vhs@leonberg.de
www.vhs.leonberg.de

Öffnungszeiten:
09.00 - 11.30 Uhr (Mo - Fr)
14.00 - 16.30 Uhr (Mo - Mi)
14.00 - 18.00 Uhr (Do)

Fachauskünfte:

Dr. Uwe Painke	**Tel. 07152 3099-40**	**Leiter der vhs, Gesellschaft, Geschichte, Politik, Recht, selten unterrichtete Sprachen, Exkursionen, Kindersportschule**
Elke Odrich-Liebthal	**Tel. 07152 3099-41**	**Stellvertr. Leiterin der vhs, Berufliche Weiterbildung, EDV, Neue Medien, Rhetorik, Kommunikation, Foto, Länder, Natur, Technik, Mathematik, Wirtschaft, Verbraucherfragen**
Irmela Gleißner-Hüter	**Tel. 07152 3099-42**	**Essen und Trinken, Gesundheit, Entspannung**
Sigrun Veit	**Tel. 07152 3099-43**	**Französisch, Montagsakademie, Pädagogik, Psychologie, Philosophie, Religion, Literatur, Theater, Kunsttheorie und -geschichte, Musik, Typberatung, Textile Techniken**
Stefanie Wacker	**Tel. 07152 3099-44**	**Englisch, Spanisch, Deutsch als Fremdsprache, Integrationskurse**
Cornelia Kriegler	**Tel. 07152 3099-45**	**Bewegung, Gymnastik, Fitness, Tanz, Sport, Freizeit**
Cornelia Dehn	**Tel. 07152 3099-47**	**Malerei, Zeichnen, Plastisches Gestalten, Kunsthandwerk, Italienisch**

Verwaltung:

Oyunjargal Sharkhuu	**Tel. 07152 3099-30**	**Geschäftsstelle, Verwaltung**
Karin Krämer	**Tel. 07152 3099-60**	**Verwaltungsleiterin**
Marion Beck	**Tel. 07152 3099-61**	**Verwaltung**
N.N.	**Tel. 07152 3099-62**	**Verwaltung**
Gisela Illies	**Tel. 07152 3099-63**	**Verwaltung**
Cornelia Jarde	**Tel. 07152 3099-64**	**Verwaltung**

Teilnehmer/-innen mit E-Mail-Adresse bitte beachten!!!
Sie haben sich über das Internet angemeldet und damit ist Ihre E-Mail-Adresse bei uns registriert.
- Ihre **Teilnahmekarte** erhalten Sie ab sofort ausschließlich als E-Mail.
- Auch bei einer künftigen Anmeldung „in Papierform" geht Ihnen die betr. Teilnahmekarte grundsätzlich als E-Mail zu.

vhs-Außenstellen:

Karin Volkmar	**Tel. 0157 53530618**	Hinterriedstr. 22, 71272 Renningen
Carmen Kübler	**Tel. 07152 55360**	Röntgenstr. 3/1, 71277 Rutesheim
Angelika Brombacher	**Tel. 07033 35959**	Münklinger Str. 52/1, 71263 Weil der Stadt
Anya Fohmann	**Tel. 07044 930323**	Birkenweg 11/1, 71287 Weissach

Unterrichtsfreie Tage (ohne Feiertage):

02.11.-08.11.	**Herbstferien**
21.12.-10.01.	**Weihnachtsferien in Leonberg, Rutesheim und Weissach**
23.12.-10.01.	**Weihnachtsferien in Renningen und Weil der Stadt**
08.02.-14.02.	**Faschingsferien**

Falls im Programm nicht anders ausgedruckt, finden in den Ferien keine Kurse statt.

Wichtige Termine:

Anmeldebeginn:	**7. September 2015**
Semesterbeginn:	**28. September 2015**
Semesterende:	**Februar 2016**

SEMESTER 1/2016:

Anmeldebeginn:	**25. Januar 2016**
Semesterbeginn:	**22. Februar 2016**
Semesterende:	**Juli 2016**

Inhalt

Exkursionen/Studienfahrten

Fachauskunft: Dr. Uwe Painke, Tel. 07152 3099-40
Verwaltung: Cornelia Jarde, Tel. 07152 3099-64

Bei den Exkursionen/Studienfahrten der vhs Leonberg - mit Treffpunkt in Leonberg - sind in der Regel im Gesamtpreis alle Kosten (z.B. Fahrt- und Eintrittskosten, Führungen u.ä.) enthalten. Ausnahmen sind bei der Veranstaltung vermerkt.

100252LF *Wochenende*

Romantisches Lenninger Tal

Burgen und Natur am Albrand

Das schöne Lenninger Tal bietet reizvolle Ziele: Ein Glücksfall für den Denkmalschutz ist das Schlössle in Oberlenningen. Bei unserem Rundgang erleben wir Wohnkultur des Adels aus der Zeit der Renaissance, die hier in einzigartiger Weise bewahrt ist. Im Kontrast dazu steht die Ruine der Sulzburg, die im Mittelalter entstand. Der Besucher dieser rauen Mauern wird mit einem schönen Blick auf das Lenninger Tal und die Alb belohnt. Neben den Burgen besuchen wir auch zwei naturkundliche Höhepunkte: Die Quellen der Schwarzen Lauter, darunter das Goldloch und die Torfgrube, ein kleines, stimmungsvolles Hochmoor, dessen Entstehung sich geologischer Besonderheiten verdankt. Zu dieser Nachmittagsfahrt gehört auch eine Kaffeepause. Bitte beachten Sie: Festes Schuhwerk ist erforderlich. In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Holger Starzmann M.A.
So, 27.09.2015
Abfahrt Leonberg: 13:15 Uhr, Bushaltestelle Neuköllner Str. 3,
Rückkunft ca. 19:15 Uhr
Abfahrt Gerlingen: 13:00 Uhr, Schulstraße 19,
Rückkunft ca. 19:30 Uhr
34,00 € (keine Ermäßigung)



Das Wurzacher Ried - Moor pur

Die Busfahrt der NABU-Gruppe Leonberg führt zur größten intakten Hochmoorfläche Mittel-Europas, dem Wurzacher Ried. Am Vormittag besuchen wir die 2013 neu eröffnete Erlebnisausstellung „Moor Extrem“. Im Gasthaus „Zum Wurzelsepp“ kehren wir zu Mittag ein. Danach fahren wir mit der Torfbahn – einer Kleinspurbahn – in das Ried, besichtigen das Oberschwäbische Torfmuseum mit seiner Ausstellung zur Geschichte des Torfabbaus und wandern auf dem Torflehrpfad.
Kosten für Busfahrt, Führung und Eintritte:
Erwachsene: 30,- €, Jugendliche von 12 bis 18 J.: 15,- €,
Kinder unter 12 J.: kostenlos.
So, 27.09.2015, Abf: 08:00 Uhr Parkplatz Neues Rathaus Leonberg
Rückkunft ca. 19:00 Uhr
Anmeldung nur unter Tel. 07152/42746 bis 20. Sept.
Danach Überweisung des Betrages an den NABU Leonberg (IBAN: DE09 6035 0130 0008 8889 70) mit Angabe von Name und Personenzahl. In Kooperation mit der NABU-Gruppe Leonberg.



100452LF *Wochenende*

Waldburg, Wolfegg, Wangen

Fürstenglanz und Bürgerstolz am Allgäurand

Wehrhaft grüßt die Waldburg ins Allgäu - wie kaum eine andere Burg hat sie ihre mittelalterlichen Strukturen hervorragend bewahrt. Mit etwas Glück bietet sich bei unserer Besichtigung vom Dachbalkon ein spektakulärer Blick auf die Alpen. Wangen reiht sich in die stolzen Reichsstädte im Oberland ein. Die schöne historische Altstadt schauen wir gemeinsam an, die gepflegte Gastlichkeit dürfen Sie individuell genießen. Was auf der Waldburg begann, lebt bis heute fort: Auf Schloss Wolfegg sitzt aktuell eine Linie der Fürsten von Waldburg. Wir können daher die herrschaftliche Fassade und die Schlosskirche, ein berühmtes Beispiel für den barocken Kirchenbau der Region, besichtigen. Der Weg auf die Waldburg ist steil – bitte denken Sie an geeignete Schuhe. In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Holger Starzmann M.A.
Sa, 03.10.2015, Abfahrt: 08:00 Uhr
Bushaltestelle Neuköllner Str. 3
Rückkunft ca. 20:30 Uhr
49,00 € (keine Ermäßigung)

100552LE *nachmittags*

Glockenspiel im Rathaus Stuttgart

Turmführung, Infos und Musik

Zu Beginn dieser Führung informiert Sie Gerhard Baumann über die Geschichte des Rathauses und seines Turms, der auch ein Glockenspiel beheimatet. Dort oben hinauf gelangt man, indem man bis zur 4. Etage mit dem Aufzug oder dem Paternoster fährt und dann noch 171 Stufen zum Fuß überwindet. Als Belohnung winken ein Blick auf Stuttgart und der Besuch bei Eckart Hirschmann, dem Glockenspieler, der uns sein Instrument vorstellen wird. Individuelle Anreise. Veranstalter: vhs Korntal-Münchingen (Ihre Anmeldedaten werden an die vhs Korntal-Münchingen weitergeleitet).

Fr, 09.10.2015, 14:00-16:00 Uhr
Treffpunkt: Haupteingang Rathaus Stuttgart, Foyer
10,00 € (keine Ermäßigung)



100652LE *nachmittags*

Naturkundliche Pilzführung

Bei dieser Exkursion wird die heimische Pilzflora von einem Pilzsachverständigen der Deutschen Gesellschaft für Mykologie vorgestellt. Die typischen Merkmale einiger häufiger Speisepilze und die Unterschiede zu ihren giftigen Doppelgängern werden erläutert. Das richtige Sammeln von Pilzen, ihr Speisewert und ihr Nutzen für den Naturhaushalt sind ebenso Inhalt dieser Pilzführung. Die Teilnehmer sollten sich wetterfest kleiden und Pilzbuch, Sammelkorb und Messer nicht vergessen, sofern sie selbst Pilze sammeln wollen. Der Treffpunkt in Malmsheim wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Reinhard Lieske
Fr, 09.10.2015, 14:00-16:30 Uhr
10,00 € (keine Ermäßigung)



100752LF *Wochenende*

Anmutiger Schwarzwaldrand:

Berneck, Altensteig, Kloster Alpirsbach und Schloss Glatt

Der Schwarzwald ist berühmt für seine Wälder, Berge und tiefen Täler, aber auch sein Rand ist voll reizvoller Sehenswürdigkeiten. Wir starten in der kleinen, hoch über dem Nagoldtal aufragenden Ortschaft Berneck, die sich seit dem Mittelalter kaum verändert hat. Noch heute scheint die riesige Schildmauer der einstigen Burg das Städtchen vor bösen Überraschungen zu beschützen. Weiter geht's nach Altensteig. Dort besuchen wir die eindrucksvolle unzerstörte Burg mit ihrem imposanten Wohnturm. Mittags rasten wir in Alpirsbach, wo wir nach dem Essen dem altehrwürdigen romanischen Kloster noch einen Besuch abstatten. Den Nachmittag mit der Kaffeepause verbringen wir im charmanten Wasserschloss Glatt, dessen Schlosscafé übrigens weitbekannt für seine außerordentlich großen Kuchenstücke ist. In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Matthias Hofmann M. A.
Sa, 10.10.2015, Abfahrt: 08:00 Uhr
Bushaltestelle Neuköllner Str. 3
Rückkunft ca. 19:30 Uhr
43,00 € (keine Ermäßigung)

100952LE *vormittags*

Der Deutsche Wetterdienst in Stuttgart

Den Experten über die Schulter geschaut

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie eine moderne Wettervorhersage erstellt wird? In der Regionalzentrale Stuttgart des Deutschen Wetterdienstes erfolgt die komplette Wetterüberwachung für Baden-Württemberg, so dass die Bevölkerung gezielt und regional vor meteorologischen Gefahren gewarnt werden kann. Zunächst wird Sie ein Mitarbeiter des Wetterdienstes in die Grundlagen der Meteorologie sowie verschiedene Formen von Unwettern einführen, daran schließt sich unter fachkundiger Anleitung ein Rundgang durch die Warnzentrale an. Nach Betrachtung des aktuellen Himmelsbildes werden Sie gemeinsam mit einem Wetterbeobachter Phänomene von Wolkenbildern entschlüsseln. Diese sind nicht nur Handwerkszeug für die eigene Wettervorhersage, sondern auch ein Genuss für das Auge. Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Anmeldekarte mitgeteilt.

Marco Puckert
Di, 13.10.2015, 10:00-12:00 Uhr
8,00 € (keine Ermäßigung)



101052LE *nachmittags*

Weinreiches Stuttgart

Weincharakter und Geologie

Der Einfluss der Lage bzw. des Untergrunds auf den Weincharakter und die Weinqualität wird viel erörtert. Auf einer Wanderstrecke von ca. 6 km werden im Bereich der Cannstatter Weinberge Einblicke in Geologie und Standortfaktoren gegeben, also das Zusammenspiel von Geologie und Weinbau in schöner und aufschlussreicher Landschaft aufgezeigt. Ein Nebeneinander von verschiedenen Gesteinsarten, Hangtypen und Anbauformen ermöglicht einen umfassenden und objektiven Vergleich der den Weincharakter beeinflussenden Standortfaktoren. Mit diesem Wissen als Grundlage können die Teilnehmer bei einer abschließenden Weinprobe (im Preis enthalten) den Einfluss des „Erdcharakters“ selbst abwägen. Der Treffpunkt in Leonberg wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

Dr. Ralf Laternser
Mi, 14.10.2015, 13:00-19:30 Uhr
39,00 € (keine Ermäßigung)

101152LE *nachmittags*

Besuch des Wasserkraftwerks Untertürkheim

Die Wasserkraftanlage in Untertürkheim wurde in den Jahren 1899 bis 1902 ursprünglich als Dampf- und Wasserkraftwerk gebaut. Es war das erste kommunale Stromerzeugungsunternehmen in Württemberg. Davor war die Versorgung durch private Anbieter üblich. Die Pionierarbeit in Untertürkheim setzte sich fort: 1924 wurde dort eine der ersten und größten Kaplanturbinen installiert. Wesentliche Teile des Maschinenparks der ersten Bauphase waren bis 1983 in Betrieb, die Hauptkomponenten der Kaplanturbine sind es heute noch. Heute produziert das Kraftwerk mit vier Turbinen 7 Millionen Kilowattstunden Strom im Jahr. Die installierte Leistung der Turbinen beträgt zusammen 1.400 Kilowatt. Nach einer Erläuterung der Anlage findet ein Rundgang statt.
Der Treffpunkt in Leonberg bzw. Untertürkheim wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!
In Kooperation mit dem Energiekreis Leonberg.

Dr. Rüdiger Beising
Fr, 16.10.2015, 12:45-18:00 Uhr
5,00 € (keine Ermäßigung, zzgl. Fahrtkosten)



101252LF *Wochenende*

Besuch der Frankfurter Buchmesse

Ehrengast Indonesien

Für sechs Tage im Oktober ist Frankfurt der Schauplatz der größten Messe der Welt für Buch, Multimedia und Kommunikation. Aussteller aus über 110 Ländern präsentieren mehr als 360.000 Bücher und Multimediaprodukte. Während der Busfahrt werden Sie Informationen über die Messe erhalten. Wir fahren mit dem Bus direkt auf das Messegelände und Sie haben anschließend einen ganzen Tag Zeit, sich die Messe anzuschauen.
Bitte teilen Sie uns mit der Anmeldung Ihren Zustiegsort mit.

In Zusammenarbeit mit der Buchhandlung one.welt, Rutesheim und der vhs Gerlingen.

Werner Dengel
Sa, 17.10.2015
Abf.: 6:00 Uhr Gerlingen Schulstr.19 oder 6:10 Uhr Leonberg, Bushaltestelle Neuköllner Str. 3 oder 6:20 Uhr Rutesheim, gegenüber der Buchhandlung
Rückkehr gegen 20:00 Uhr
49,00 € (keine Ermäßigung)



101352LE *Wochenende*

Seeschloss Monrepos - Führung durch ein Juwel des Spätbarock

Das Seeschloss Monrepos gehört zu den schönsten Bauten des 18. Jahrhunderts in Deutschland und ist noch heute Privatbesitz des Hauses Württemberg. Nur für Sie öffnen sich die Türen und Sie sehen neben den 1804 bezogenen Räumen des ersten württembergischen Königs auch die älteste erhaltene Küche in einem Schloss des württembergischen Herrscherhauses. Die Treffpunkte in Leonberg (13:40 Uhr) bzw. Ludwigsburg (14:50 Uhr) werden auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Dr. Jörg Alexander Mann
So, 18.10.2015, 13:40 - ca.18:45 Uhr
14,00 € (keine Ermäßigung; zzgl. Fahrtkosten)



101452LE *Wochenende*

Festung Hohenneuffen und keltisches Oppidum

Fahrt mit dem Dampfzug „Sofa-Zügle“ und Alb-Wanderung

Die mächtige Festungsruine Hohenneuffen und die Zeugnisse einer großen keltischen Siedlung mit der vor über 2000 Jahren geschaffenen Wehranlage „Heidengraben“ und dem rekonstruierten Zangentor stehen im Mittelpunkt dieser Exkursion. Eine 3-4-stündige Wanderung (ca. 12 km) über den Beurener Fels und die Hochfläche der Alb verbindet diese Ziele und bietet großartige Aussichten. Vom Hohenneuffen steigen wir ab nach Neuffen, das bei einem Rundgang durch die fast 800-jährige Stadt sehenswerte Details offenbart, u.a. einen Ölberg von 1504. Von hier bringt uns der Dampfzug „Sofa-Zügle“ in die Hölderlinstadt Nürtingen, in der ein kurzer Aufenthalt eingeplant ist. Gute Wanderschuhe und Rucksackvesper empfehlenswert. Der Treffpunkt in Leonberg wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

Werner Reinhold
So, 18.10.2015, 08:30-20:15 Uhr
34,00 € (keine Ermäßigung)



101552LE *nachmittags*

Zu Besuch bei Mercedes-Benz Werkbesichtigung Sindelfingen

„Produktion exklusiv“

Die Werkbesichtigung des größten Mercedes-Benz Werks der Welt bietet einen detaillierten Einblick in die faszinierende Welt der Fahrzeugproduktion: Angefangen beim Presswerk, wo die ersten Teile ihre Form erhalten, über das Ballett der Roboter im Rohbau bis zur „Hochzeit“ von Karosserie und Antriebsstrang in den Montagebereichen. Im „Supermarkt“ der Logistik sehen Sie, wie Fahrzeugteile zum Transport an die Montagelinien bereitgestellt werden, unter anderem von „Bertha“ und „Gottlieb“, zwei fahrerlosen Transportsystemen. **Fotografieren, Filmen sowie Bandaufnahmen während der Werkbesichtigung sind nicht gestattet.** Der Treffpunkt in Sindelfingen wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Di, 20.10.2015, 14:00-16:00 Uhr
7,00 € (keine Ermäßigung)

Eine weitere Werksführung bei Mercedes-Benz findet am 23.11. statt. Kurs-Nr. 103152LE auf Seite 6.

Exkursionen/Studienfahrten





101652LE *nachmittags*
Bad Urach
Besuch in Württembergs zweiter Hauptstadt

Nach der Landesteilung hatte Graf Ludwig ein Problem: Da sein Bruder als Herrscher in Stuttgart saß, musste er eine neue Hauptstadt suchen. Er und sein berühmter Sohn Eberhard im Barte bauten daher Urach zur zweiten Hauptstadt unseres Landes aus: Wir treffen bei unserem Stadtrundgang durch die schöne Altstadt auf beeindruckende Bauzeugnisse dieser beiden Fürsten, darunter die herrliche Amandus-Kirche und das Fachwerkrathaus. Bei der Besichtigung des Schlosses (in dem vor 500 Jahren Herzog Christoph geboren wurde) bekommen Sie einen Einblick von der Hofkultur an der Wende zur Renaissance, vor allem im prachtvollen Goldenen Saal. Dort steht auch die große Wildsau von Urach – lassen Sie sich überraschen...
Individuelle Anreise – so können Sie diese Führung mit einem Thermalbadbesuch oder einer Wanderung zum Uracher Wasserfall kombinieren! Der Treffpunkt in Bad Urach wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt! In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Holger Starzmann M.A.
Fr, 23.10.2015, 14:30-17:30 Uhr
18,00 € (keine Ermäßigung)



101752LE *Wochenende*
Unterwegs auf dem Rössleweg
Von Untertürkheim über den Württemberg bis Fellbach (mit Führung Grabkapelle)

Der Linienbus 61 bringt uns in wenigen Minuten auf den Württemberg, wo sich einst die Stammburg der Familie Württemberg befand. Der Ort „Rotenberg" wird schon im 13. Jahrhundert erwähnt und verdankt seine Entstehung vermutlich den Burgherren auf dem „Wirtenberg". Heute ziert die Bergkuppe die 1824 erbaute, weit sichtbare Grabkapelle, die König Wilhelm I. für seine früh verstorbene Gemahlin Katharina Paulowna erbauen ließ (Eintritt und Führung inbegriffen). Der Blick auf das Neckartal von hier oben ist atemberaubend. Dann führt der Weg durch Weinberge an der „Gartenstadt Luginsland" vorbei und erreicht den Goldberg, eine hervorragende Weinlage. Die Tour endet in der Altstadt von Fellbach. (Achtung: Anfang und Ende der Tour an verschiedenen Punkten).

Herdana Stöhr
Sa, 24.10.2015
Treffpunkt: 12:30 Uhr S-Bahnhof Leonberg oder 13:50 Uhr Bahnhof Untertürkheim, Bushaltestelle Bus 61, Bahnrückfahrt ab ca. 17:00 Uhr
14,00 € (keine Ermäßigung, zzgl. Fahrtkosten, Gruppentickets möglich)

101852LF *Wochenende*
Kleinodienfahrt ins romantische Unterland
Burg Weibertreu bis Besigheim

Unser erstes Ziel ist die Burgruine Weibertreu. Die ehemalige Reichsburg zählt zu den ältesten Hochadelsburgen in unserem Land. Hier sollen der Sage nach bei einer Belagerung die „treuen Weiber von Weinsberg" ihre Männer anstatt der erlaubten persönlichen Habe Huckepack von der Burg getragen haben. Im Anschluss daran rasten wir auf dem Fugger-Schloss Stettenfels, von dem man einen wunderbaren Blick in die Löwensteiner Berge hat. Danach fahren wir auf den Hohenbeilstein, wo wir als Höhepunkt der Exkursion an einer Vorführung der Falknerei teilnehmen werden. Den Abschluss des Tages bildet der Besuch der romantischen Altstadt von Besigheim. **An- und Abmeldeschluss: 23.09.15. Danach Anmeldung auf Anfrage.** In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Matthias Hofmann M.A.
So, 25.10.2015, Abfahrt: 08:30 Uhr
Achtung: Ende der Sommerzeit!
Bushaltestelle Neuköllner Str. 3
Rückkunft ca. 20:00 Uhr
49,00 € (keine Ermäßigung)



101952LE *nachmittags*
Stuttgarter Hofbräu-Brauerei
Mindestalter: 16 Jahre

Stuttgarter Hofbräu ist eine der großen und erfolgreichen Brauereien in Baden-Württemberg. In einer Führung erhalten Sie Einblick in alle Prozesse rund um die Herstellung und Abfüllung der Stuttgarter Hofbräu Biere und Malteser Weißbiere. In einem kleinen Film erhalten Sie zusätzliche Informationen. Den Abschluss bildet eine Verkostung der Stuttgarter Hofbräu Biere. Dazu gibt's alkoholfreie Getränke, Brezeln sowie zur Erinnerung ein Stuttgarter Hofbräu Bierglas.
Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Do, 29.10.2015, 14:45-17:00 Uhr
8,00 € (keine Ermäßigung)

102052LE *nachmittags*
Die wilden 1920er Jahre in Stuttgart
Stadtspaziergang

In den 1920er Jahren entwickelte sich Stuttgart rasant von der königlichen Residenzstadt zur modernen Großstadt. Wir beginnen unseren Stadtspaziergang am Kunstmuseum, am ehemaligen Standort des Kronprinzenpalais. An verschiedenen Stationen hören wir von Kinos und Kaufhäusern, von Kunst und Architektur, von Straßenbahnen und Autoverkehr, von Theater und Varieté, von Politik, Gesellschaft und Musik der wilden Zwanziger Jahre in Stuttgart. Denn, man glaubt es kaum, in Stuttgart wurde „hurtig gejazzt" und „Tango gerne bei rosenrotem Licht getanzt".
Eine Führung im Kunstmuseum zur Sonderausstellung „I got rhythm – Kunst und Jazz seit 1920" findet im Anschluss - nach einer kleinen Pause - um 17:30 Uhr statt. Siehe Kurs Nr.102152LE (separate Anmeldung erforderlich).
Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.
In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen und der Familien-Bildungsstätte.

Andrea Welz M.A.
Fr, 30.10.2015, 14:30-16:30 Uhr
14,00 € (keine Ermäßigung)

102152LE *Wochenende*
I got rhythm - Kunst und Jazz seit 1920
Führung im Kunstmuseum Stuttgart

Sie kennen vielleicht die Darstellung der Jazzband auf dem Großstadttriptychon von Otto Dix. Nach dem ersten Weltkrieg eroberte der Jazz aus den USA die Tanzsäle und Ballhäuser, Bars und Cafés, Varietés und Kinos in Europa im Sturm. Die Sonderausstellung zeigt die engen Beziehungen und Wechselwirkungen zwischen Jazz und der bildenden Kunst von den 1920er Jahren bis heute. Wir sehen Gemälde der klassischen Moderne, Werke der europäischen und amerikanischen Nachkriegsabstraktion und Installationen und Videos der Gegenwart zum Thema: I got rhythm!
Ein Stadtspaziergang „Die wilden 1920er Jahre in Stuttgart" findet vor der Führung von 14:30-16:30 Uhr statt. Siehe Kurs Nr. 102052LE (separate Anmeldung erforderlich).
Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.
In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen und der Familien-Bildungsstätte.

Andrea Welz M.A.
Fr, 30.10.2015, 17:30-19:00 Uhr
19,00 € (keine Ermäßigung)

102252LE *Wochenende*
Herzog Christoph (1515-1568)
Renaissancefürst im Zeitalter der Reformation (Ausstellung)

Christoph ist fraglos einer der bedeutendsten Herzöge Württembergs. Als Regent der Renaissance griff er wie viele Herrscher dieser Zeit tatkräftig neue Strömungen auf; er stellte das Land nach der problematischen Regierung seines Vaters auf stabile Fundamente, die lange trugen: Christoph baute eine solide Verwaltung auf, ordnete das Schulwesen und führte die Reformation zu einem glücklichen Abschluss. Mit seinen Schlossbauten, darunter der prächtige Ausbau des Alten Schlosses, dokumentierte er die befestigte Herrschaft. Zu seinem 500. Geburtstag bietet die Landesmuseumsausstellung mit eindrucksvollen Objekten ein Spektrum zu Person und Epoche dieses großen Fürsten. Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

Holger Starzmann M.A.
Sa, 31.10.2015, 14:00 - ca. 15:20 Uhr
19,00 € (keine Ermäßigung)



102352LE

Essen und Trinken bei Hofe

Zu Gast bei einem besonderen Mahl im Schloss Hohenheim

Ganz exklusiv sind wir in die Repräsentationsräume des Kavalierbaus von Herzog Carl Eugen von Württemberg und der Gräfin Franziska von Hohenheim zu einem 3-Gänge-Menü eingeladen. Barocke Räumlichkeiten und herzogliches Flair, verbunden mit dem Genuss der Sterneküche in der Speisemeisterei in Hohenheim lassen es zu einem harmonischen und unvergesslichen Erlebnis werden. Zwischen den einzelnen Menügängen hören wir von den Essgewohnheiten und Tischsitten, den überreichlichen Speisefolgen und interessanten Begebenheiten bei Hofe. Die Kosten für das 3-Gänge-Menü (ohne Getränke) sind im Preis enthalten. **Anmeldeschluss: 29.10.2015.** Der Treffpunkt in Hohenheim wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Gerlinde Gebhart
Mi, 04.11.2015, 12:00-15:00 Uhr
53,00 € (keine Ermäßigung)



102452LE *nachmittags*

Poesie der Farbe

Führung in der Staatsgalerie Stuttgart

«Blau» wird vertreten durch die Künstler des „Blauen Reiter", Franz Marc und Wassily Kandinsky sowie deren Freunde August Macke, Heinrich Campendonk, Alexej Jawlensky, Robert Delaunay, Paul Klee und Emil Nolde. In der Gruppe «Die Blaue Vier» trifft Lyonel Feininger am Bauhaus auf Kandinsky, Klee und Jawlensky. «Rot» als Sinnbild des Krieges vereint Max Beckmann, Otto Dix und George Grosz, die jeder auf seine Weise versuchen, das Unbegreifbare zu verarbeiten. «Gelb» führt alle Künstler mit Alfred Kubin noch einmal zusammen – heiter, ironisch, bis ins Groteske gehend. (Ankündigungstext der Staatsgalerie)
Am 19.10. findet in der vhs ein Vortrag "Spiel mit Form und Farbe – der Expressionismus in Deutschland" statt. Näheres unter Kunstgeschichte Kurs Nr. 228152LV.
Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Monika Will M.A.
Do, 12.11.2015, 16:45-18:15 Uhr
19,00 € (keine Ermäßigung)



102552LE *Wochenende*

Wilhelma Theater Stuttgart

Blick hinter die Kulissen und Schauspiel „Sieben Türen - Bagatellen" von Botho Strauß

Als Bürgertheater gedacht, avancierte das Wilhelma Theater unter König Wilhelm I. zum intimen Hoftheater. Spätere Nutzungen, etwa als Operettentheater in der Zeit vor dem Ersten Weltkrieg oder als „Lichtspielhaus", setzten dem klassizistischen Bau so sehr zu, dass man zu Beginn der 70er Jahre an Abriss dachte. Nach aufwändiger Restaurierung zählt es zu den schönsten Theaterräumen des 19. Jahrhunderts. Entdecken Sie das bauliche Kleinod auf ungewöhnlichen Wegen, über den Zuschauerraum mit der Königsloge bis tief in den Theaterkeller (dazu ist Trittsicherheit erforderlich).
Nach einer Pause erleben Sie das Schauspiel „Sieben Türen - Bagatellen" von Botho Strauß: kurze absurd-komische Szenen aus dem Alltagsleben (eine Eigenproduktion der Staatlichen Hochschule Stuttgart). Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt. **Anmeldeschluss: 23.10.2015 - eine Abmeldung danach ist nicht mehr möglich! Der Preis wird bei Anmeldeschluss abgebucht.**

Hermann Mack
Fr, 13.11.2015, 17:30-22:00 Uhr
31,00 € (keine Ermäßigung; inkl. Führung und Theaterkarte)

102652LE *Wochenende*

Die Stuttgarter Weißenhofsiedlung

Im Jahre 1927 entstand die Mustersiedlung am Weißenhof auf dem Stuttgarter Killesberg im Rahmen der Werkbundausstellung „Die Wohnung". Heute zählt das Gebäudeensemble zu den bedeutendsten Zeugnissen des sog. Neuen Bauens der 20er Jahre. Hier entstanden Wohnhäuser nach Plänen von Le Courbusier, Hans Scharoun, Peter Behrens und weiteren renommierten europäischen Architekten. Unter der künstlerischen Leitung von Mies van der Rohe entstanden verschiedene Haustypen mit experimentellen Konstruktionen. Auf unserem Rundgang erhalten Sie vielfältige Informationen zur Entstehungs- und Rezeptionsgeschichte, zu den Grundrissen und Besonderheiten der einzelnen Häuser.
Wussten Sie, dass hier eine Architekturgalerie beheimatet ist in einer ehemaligen Drei-Zimmer-Wohnung? Da schauen wir natürlich hinein, ebenso in das Weißenhofmuseum im Doppelhaus von Le Courbusier. Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

Carola Franke-Höltzermann M.A.
Sa, 14.11.2015, 10:00-12:15 Uhr
19,00 € (keine Ermäßigung)

102752LE *nachmittags*

Die Stuttgarter Markthalle

Rundgang mit „Versucherle" und Blick hinter die Kulissen

Stuttgarts historische Markthalle wurde am 30. Januar 1914 eingeweiht. Vom bekannten Jugendstilarchitekten Martin Elsässer gebaut, ist sie ein Erlebnis für sich: Die Marktstände bieten Waren aus aller Welt an. Das Angebot ist vielseitig, verlockend und die Düfte verführerisch. Die heutige Halle, ein Jugendstilbau, wird von einem Glasdach überwölbt und steht unter Denkmalschutz. Eine erste, offene Markthalle stiftete König Wilhelm I. bereits 1863 für die Frauen und Töchter der Stuttgarter „Wengeter" und „Gärtner" zum Schutz gegen die „Unbilden des Wetters". Bei dem Rundgang erfahren Sie Wissenswertes über die Geschichte der Markthalle sowie des heutigen historischen Gebäudes, erhalten einen Blick hinter die Kulissen und zwischendurch gibt es ein paar kleine Köstlichkeiten zum Naschen. Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Herdana Stöhr
Mi, 18.11.2015, 16:00-18:00 Uhr
22,00 € (keine Ermäßigung)

LEONBERG

102852LE *nachmittags*

Galerieverein Leonberg: Wolf Henning Krämer - Plakatkunst für Leonberg

Eine Führung der Kulturamtsleiterin Christina Ossowski im Dialog mit dem Künstler

Der 1942 in Leonberg geborene Werbegrafiker Wolf Henning Krämer arbeitet seit 1991 eng mit der Stadt Leonberg zusammen. Bekannt wurde sein Stadtlogo mit dem Engelbergturm, aber auch das Erscheinungsbild des Pferdemarkts, der 750-Jahr-Feier der Stadt 1998/99 oder des Jubiläums 400 Jahre Pomeranzengarten. Doch damit nicht genug: Seit fast 25 Jahren begleiten seine Plakate und Einladungskarten die vielfältigen Kulturveranstaltungen der Stadt Leonberg.



In Zusammenarbeit mit dem Galerieverein und dem Kulturamt.

Do, 19.11.2015, 16:30-17:30 Uhr
Galerieverein, Zwerchstraße 27, Leonberg
6,00 € (keine Ermäßigung; Tageskasse oder Anmeldung)

102952LE *nachmittags*

Justizvollzugsanstalt Heimsheim

Mindestalter: 18 Jahre

Straffälligkeit, Haftstrafe und Strafvollzug gehören zu unserer gesellschaftlichen Realität und stehen zu Unrecht im Abseits der öffentlichen Aufmerksamkeit. In Heimsheim besteht seit 1990 eine moderne Strafvollzugsanstalt. Bei der Besichtigung werden die Unterbringung, die Versorgung, die Werkstätten, die Sportanlagen sowie die Betreuungseinrichtungen gezeigt. Durch den Rundgang und das Gespräch mit dem pädagogischen Dienst wird ein Einblick in die Praxis des heutigen modernen Strafvollzugs gewährt. Treffpunkt in Heimsheim wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt! **Hinweis: Vor Exkursionsbeginn werden Ihre vollständigen Adressdaten an die JVA Heimsheim weitergeleitet. Wichtig: Personalausweis mitbringen! Bitte keine Handys mitbringen!**

Fr, 20.11.2015, 13:55-17:00 Uhr
5,00 € (keine Ermäßigung)

Exkursionen/Studienfahrten

103052LE *Wochenende*
Kloster Maulbronn bei Kerzenlicht
Entdeckung einer anderen Welt
Ein außergewöhnliches Erlebnis erwartet Sie im UNESCO-Weltkulterbe. Hunderte von Kerzen beleuchten den Weg durch die mittelalterlichen Gemäuer und zum Ausklang genießen Sie Glühwein - mit und ohne Alkohol - zu Brauchtumsgebäck. Im Kirchenschiff lauschen Sie gregorianischem Gesang und durchstreifen danach die stimmungsvoll beleuchteten Schauplätze klösterlichen Lebens. Wie aber sah der Alltag in Askese wirklich aus? Welche „heimlichen Genüsse" gab es? Schon am Nachmittag werden wir uns Kostproben dazu bei einer Einkehr in der Klosterschmiede (auf eigene Kosten) schmecken lassen und auch bei der „Kräuterhexe" vorbeischauen. Gewürzt mit Geschichten und Erzählungen inmitten der historischen Klosteranlage erleben Sie so eine eindrucksvolle Reise ins Mittelalter mit allen Sinnen. Bitte mitbringen: warme Kleidung. Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt! In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Claudia Bruder, Naturpädagogin
Sa, 21.11.2015, 14:00-21:00 Uhr
37,00 € (keine Ermäßigung, zzgl. Anteil Metropolticket ab Stuttgart Hbf, am Treffpunkt an die Kursleiterin zu zahlen).



103152LE *nachmittags*
Zu Besuch bei Mercedes-Benz Werkbesichtigung Sindelfingen
„Produktion exklusiv"
Die Werkbesichtigung des größten Mercedes-Benz Werks der Welt bietet einen detaillierten Einblick in die faszinierende Welt der Fahrzeugproduktion: Angefangen beim Presswerk, wo die ersten Teile ihre Form erhalten, über das Ballett der Roboter im Rohbau bis zur „Hochzeit" von Karosserie und Antriebsstrang in den Montagebereichen. Im „Supermarkt" der Logistik sehen Sie, wie Fahrzeugteile zum Transport an die Montagelinien bereitgestellt werden, unter anderem von „Bertha" und „Gottlieb", zwei fahrerlosen Transportsystemen. **Fotografieren, Filmen sowie Bandaufnahmen während der Werkbesichtigung sind nicht gestattet.** Der Treffpunkt in Sindelfingen wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Mo, 23.11.2015, 14:00-16:00 Uhr
7,00 € (keine Ermäßigung)



103252LE
Die Stuttgarter Liederhalle
Architekturführung mit Konzertteilnahme
Ein halbes Jahrhundert ist das denkmalgeschützte „Architektur-Kunstwerk" Mittelpunkt des städtischen Kulturlebens. Die Architekten Abel und Gutbrod schufen mit der Liederhalle, deren Konzept auf den Grundsätzen des „organhaften Bauens" basiert, einen der bedeutendsten Konzertbauten der Nachkriegszeit. Das Gesamtkunstwerk zeichnet sich durch die Besonderheit seiner Architektur, beste Akustik, zeitgenössische Kunst und die verschiedenen Materialien aus. Manches erschließt sich erst bei genauerer Betrachtung der Details. Gehen Sie mit auf Entdeckungstour!
Nach den Architektur- und Konzerteinführungen hören wir gemeinsam ein wunderbares Konzert mit den Stuttgarter Philharmonikern und den Gastsolisten.
Ablauf:
17:00-18:45 Uhr (Treffpunkt unteres Foyer der Liederhalle) Architekturführung außen und innen
19:00-19:30 Uhr Konzerteinführung
20:00 Uhr Konzert mit den Stuttgarter Philharmonikern
Sinfonie Nr. 3 Eroica von Ludwig van Beethoven und Klavier-Konzert von und mit Lera Auerbach, Dirigent Dan Ettinger
Anmeldeschluss: 19.11.2015. Eine Abmeldung ist ab 17.11.2015 wegen der Kartenreservierung nicht mehr möglich! Der Preis wird bei Anmeldeschluss abgebucht.

Carola Franke-Höltzermann M.A.
Di, 24.11.2015, 17:00-22:00 Uhr
19,00 € (keine Ermäßigung)

103352LE
Führung durch das Krematorium in Rutesheim
Immer mehr Menschen entscheiden sich für eine Beisetzung in einem Urnengrab. Aber wie funktioniert eigentlich eine Einäscherung? Welcher technische Aufwand ist nötig, um die heutigen Auflagen zu erfüllen?
Bei einem Rundgang durch das Krematorium werden Ihnen die Einäscherungsvorgänge gezeigt und erklärt und all Ihre Fragen beantwortet.
Der Treffpunkt in Rutesheim wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Franz Hanelt
Di, 24.11.2015, 18:30-20:00 Uhr
5,00 € (keine Ermäßigung)

103452LE *nachmittags*
Besuch im Landtag von Baden-Württemberg
mit Teilnahme an einer Plenarsitzung
Der jetzige Landtag wurde 2011 gewählt und damit ist etwas mehr als die Hälfte der Legislaturperiode vorbei. Bei unserem Besuch erleben wir eine Plenarsitzung und haben so die Gelegenheit, die Arbeitsweise des Parlaments aus nächster Nähe kennen zu lernen. Das Besuchsprogramm sieht vor: Einführung in die Arbeitsweise des Landtags - Vorstellung der Tagesordnung - Teilnahme an einer Plenarsitzung - Gespräch mit den Abgeordneten unseres Wahlkreises. **Achtung: Das eigentliche Landtagsgebäude wird derzeit umgebaut. Dies ist also die einmalige Gelegenheit, das Ausweichquartier des Landtags am Schlossplatz kennen zu lernen!** Die Treffpunkte in Leonberg (14:05 Uhr) bzw. in Stuttgart (15:00 Uhr) werden auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

Mi, 25.11.2015, 14:05-17:30 Uhr
5,00 € (keine Ermäßigung, zzgl. Fahrtkosten, Gruppentickets möglich)

103552LE *Wochenende*
Theaterhaus Stuttgart
Blick hinter die Kulissen und anschließende Aufführung „Infinity" von GAUTHIER DANCE
Nach einer Führung durch die Spielstätten, die Werkstätten und den Fundus des Theaterhauses und einer kleiner Pause präsentiert Eric Gauthier in der achten Saison der Theaterhaus-Company einen Abend mit acht Stücken, davon vier Uraufführungen. Dabei steht „Infinity" für das Unbegrenzte, die zahllosen Spielarten von Tanz. Vertreten sind diesmal sämtliche Künstlergenerationen. Entsprechend heben sich die einzelnen Stücke stark voneinander ab, stilistisch ebenso wie durch die Besetzungen.
Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.
Anmeldeschluss: 28.10.2015 - eine Abmeldung danach ist nicht mehr möglich! Der Preis wird bei Anmeldeschluss abgebucht.

Volker Willier
Fr, 27.11.2015, 18:00-21:45 Uhr
44,00 € (keine Ermäßigung; inkl. Führung und Karte Kategorie 2)



103652LF *Wochenende*
Nürnberg: prachtvolle Freie Reichsstadt
mit Führung und Christkindlesmarkt
Nürnberg ist und war seit jeher ein Magnet. Noch heute thront dominierend die Nürnberger Kaiserburg über dem städtischen Treiben. Die Besichtigung der mächtigen, von Barbarossa gebauten Burg lässt uns erahnen, welche herausragende Bedeutung sie einst hatte. Flanieren Sie anschließend mit uns durch die malerischen Straßen und Gassen und lauschen Sie bei der Stadtführung gespannt den Geschichten aus längst vergangenen Tagen. Im weiteren Nachmittag haben sie dann noch die Möglichkeit, dem reizvollen Nürnberger Christkindlesmarkt einen Besuch abzustatten. Wer lieber im Warmen bleibt, kann auf eigene Faust und Kosten eines der sehenswerten Museen Nürnbergs erkunden, z.B. das Germanische National-Museum, das zahlreiche bedeutende Kunstwerke u.a. von Dürer, Cranach und Tilman Riemenschneider sowie den berühmten Behaim-Globus beherbergt.

Matthias Hofmann M. A.
Sa, 28.11.2015, Abfahrt: 08:00 Uhr
Bushaltestelle Neuköllner Str. 3
Rückkunft ca. 21:00 Uhr
49,00 € (keine Ermäßigung)

103752LE *Wochenende*
Besuch bei Sport im Dritten
Mindestalter: 12 Jahre
Die Sportsendung des SWR «Sport im Dritten» - regelmäßig am Sonntagabend - zählt zu den Fernsehproduktionen mit steigendem Publikumsinteresse, denn neben einer Berichterstattung über aktuelle Topereignisse werden jeweils

prominente Sportstars aus dem Ländle interviewt. Nach dem Empfang durch die Zuschauerbegleiter und einem kurzen Einführungsfilm haben wir im neuen Studio die Gelegenheit an einer Sendung teilzunehmen, die sonntagabends live gesendet wird (bitte beachten: saloppe Kleidung - nicht Trainingsanzug). Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

An- und Abmeldeschluss: 13.11.2015. Danach Anmeldung nur noch auf Anfrage. Der Preis wird bei Abmeldeschluss abgebucht.

So, 29.11.2015, 20:15-22:45 Uhr
6,00 € (keine Ermäßigung)



103852LE *nachmittags*

Stuttgart im Untergrund:
Einmal den Nesenbach von innen sehen!
Große Kanalführung

Ein unvergessliches Erlebnis ist der Einstieg hinab in das Stuttgarter Kanalsystem, das Sie über einen Schacht in den Hauptsammler Nesenbach erreichen. Bei diesem besonderen Rundgang erhalten Sie einen einmaligen Einblick in die Kanalisation unter der Stadt. Sie erfahren viel Wissenswertes über den Betrieb einer Kanalisation und erhalten Antwort auf die Frage, was mit dem Badewasser passiert, wenn Sie den Stöpsel gezogen haben. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, im Informationszentrum der Stadtentwässerung Stuttgart das eben Erfahrene zu vertiefen. Vor der Führung erhalten Sie Schutzkleidung (Overall, Schuhe, Stirnlampe) und eine kurze sicherheitstechnische Unterweisung. Nur für trittsichere Personen ab 18 Jahren geeignet! Bei starkem Regen entfällt die Führung. In diesem Falle werden Sie per Mail oder telefonisch benachrichtigt (am besten Handynummer angeben!). Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Anmeldekarte mitgeteilt!

Mi, 02.12.2015, 12:50-14:00 Uhr
5,00 € (keine Ermäßigung)

103952LE *nachmittags*

Besuch der Stuttgarter Börse

Die Börse spielt in der heutigen Wirtschaft eine gewichtige Rolle. Wer das Börsengeschehen hautnah erleben und einen Einblick in das hochtechnisierte Arbeitsfeld der Wertpapierhändler erhalten will, kann dies bei einer Exkursion zur Stuttgarter Börse, der zweitgrößten Börse Deutschlands erfahren, verbunden mit grundlegenden Informationen zum Parketthandel. Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnehmerkarte mitgeteilt!

Dr. Maria Zundel
Fr, 04.12.2015, 14:00-16:00 Uhr
9,00 € (keine Ermäßigung)



104052LE *Wochenende*

Faszination Klavierbau
Besuch der Flügel- und Klavierfabrik Carl A. Pfeiffer

Mit der Erfahrung von 150 Jahren Klavierbau verbindet die Firma Pfeiffer das Fachwissen von Generationen mit traditioneller Handwerkskunst. Wir blicken hinter die Türen dieser traditionsreichen Flügel- und Klavierfabrik in Leonberg. Herr Dr. Georg Pfeiffer zeigt die geschichtliche Entwicklung von 500 Jahren Tasteninstrumentenbau. Die einzelnen Entwicklungsschritte werden anhand von Exponaten erklärt. Eine Führung durch die Werkstatt zeigt wichtige Baugruppen, deren Funktion bzw. Funktionsweise. Abgerundet wird die Führung durch Hinweise für den Klavierbesitzer über Wartung, Pflege und Klima. Der Treffpunkt in Leonberg wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Dr. Georg Pfeiffer
Sa, 05.12.2015, 15:00-17:00 Uhr
7,00 € (keine Ermäßigung)

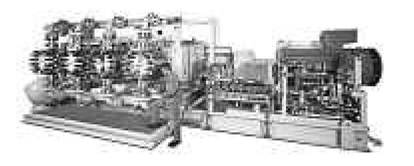


104152LF *Wochenende*

Krippenschätze in Oberschwaben

Das katholische Oberschwaben verwandelt sich zur Weihnachtszeit in ein Krippenland. Diese Fahrt führt Sie zu einigen der schönsten und interessantesten Beispiele dieser katholischen Tradition.
In Gutenzell erhielt sich dank glücklicher Umstände der umfangreiche Figurenbestand einer barocken Wechselkrippe am Ort der Entstehung fast komplett. In der Basilika von Weingarten steht eine Krippe, deren Gestalt und Motive die Entstehung in der Nachkriegszeit widerspiegelt. In der Pfarrkirche St. Christina bei Ravensburg (wo wir Mittagspause machen) besuchen wir die ältesten Krippenfiguren Württembergs. Und wir bekommen die originelle und ganz einzigartige Naturkrippe der Franziskanerinnen von Sießen vorgestellt – lassen Sie sich überraschen, was sich dahinter verbirgt! In Kooperation mit der vhs Korntal-Münchingen.

Holger Starzmann M.A.
Sa, 16.01.2016
Abfahrt Korntal: 07:40 Uhr
vor dem Bahnhof Korntal, Bahnhofplatz, Rückkunft ca. 18:40 Uhr
Abfahrt Leonberg: 08:00 Uhr
Neuköllner Str. 3, Rückkunft ca. 18:30 Uhr
48,00 € (keine Ermäßigung)



104252LE *nachmittags*

Besuch des Pumpen- und Systemeherstellers LEWA

Seit 60 Jahren setzt LEWA Maßstäbe bei der Herstellung von Pumpen und Anlagen für die Flüssigkeitsdosierung. Diese müssen in 3000 Meter Wassertiefe ebenso zuverlässig fördern wie bei Temperaturen von 250 C. Aggressive Chemikalien schrecken sie so wenig ab, wie die keimfreie Förderung steriler Flüssigkeiten.
Bei der Führung erleben Sie die hohe Fertigungstiefe: Von der Produktion der Pumpenteile aus rohem Stahl bis zur polierten Pumpe oder montierten Anlage – jedes Produkt ist ein maßgefertigtes Einzelstück. Die Funktionsweise der Pumpen wird anhand von Exponaten erläutert. Ein Einblick in das integrierte Ausbildungszentrum, in dem ca. 10% der Belegschaft ausgebildet wurden und werden, rundet die Führung ab. Der Treffpunkt in Leonberg wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

Mi, 20.01.2016, 14:25-16:45 Uhr
5,00 € (keine Ermäßigung)

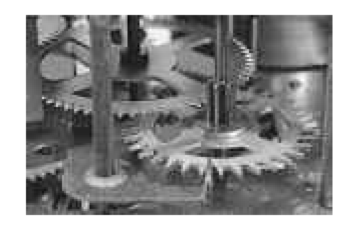
104352LE *Wochenende*

Vom Himmel in die Hölle (Theaterführung)
Die „okkulte Maschine" im Ludwigsburger Schlosstheater

Wolken- und Sonnenwägen, die von Blitz, Donner und rauschenden Winden begleitet vom Himmel in die Hölle stürzen. Ein Kulissenwechsel wie von Geisterhand in Sekundenschnelle. Das waren Theatereffekte, die Zuschauer der Barockzeit in Staunen und Begeisterung versetzten. Bei dieser Sonderführung begeben wir uns auf die Spur der barocken Bühnentechnik, die im Ludwigsburger Schlosstheater nahezu vollständig erhalten ist. Selbstverständlich dürfen Sie auf unserem Rundgang selbst einmal in der Königsloge Platz nehmen. Noch beeindruckender aber mag der Blick der Schauspieler von der Bühne aus in den prächtig gestalteten Zuschauerraum sein. Und auch Sie kommen auf unserer Zeitreise in den Genuss dieser einmaligen Perspektive. **Trittsicherheit erforderlich und warme Kleidung empfohlen.** Der Treffpunkt in Ludwigsburg wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

Hermann Mack
Sa, 23.01.2016, 14:00-15:40 Uhr
15,00 € (keine Ermäßigung)

Exkursionen/Studienfahrten



104452LE *Wochenende*

Prunkuhren und wissenschaftliche Instrumente im Alten Schloss in Stuttgart

Ein zauberhaft goldener Schein umgibt die einzigartige Sammlung 400-jähriger Uhren, die sich in einem wunderbaren Gewölbekeller befindet. Wir werden über das Handwerkliche und Künstlerische hinaus einen Blick in die Geschichte der Zeitmessung werfen und den vermutlich ersten Sekundenzeiger kennenlernen. Auch erwarten uns verschiedene wissenschaftliche Instrumente aus alter Zeit. Der Schrittzähler, die älteste Rechenmaschine, der Jakobsstab und ein Astrolabium zeigen sehr anschaulich, wie die neuzeitliche Wissenschaft langsam aufblühte. Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Andrea Urbansky
Sa, 30.01.2016, 14:00-15:00 Uhr
15,00 € (keine Ermäßigung)



104552LE *Wochenende*

St. Maria Magdalena

Ein spätgotisches Kleinod

Die gotische Basilika St. Maria Magdalena in Tiefenbronn ist voller herausragender Sehenswürdigkeiten: Sie beherbergt fünf spätgotische Flügelaltäre, darunter gleich die Hauptwerke von zwei bedeutenden Meistern: den Hochaltar des Ulmer Meisters Hans Schüchlin aus dem Jahre 1469, und den Lucas-Moser-Altar von 1431. Außerdem hat sie wertvolle Straßburger Glasfenster und Steinskulpturen aus dem 14. Jahrhundert, interessante Altarwandgemälde und Grabdenkmäler sowie eine reiche Ausstattung an Kunstschätzen (u.a. eine gotische Silbermonstranz). Unter fachkundiger Führung lohnt sich ein Besuch dieses Kleinods in unserer Nähe allemal!
Der Treffpunkt in Tiefenbronn wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

So, 31.01.2016, 15:00-16:30 Uhr
7,00 € (keine Ermäßigung)

104652LF *Wochenende*

Festspielhaus Baden-Baden und Museum Frieder Burda

Führungen und Konzert

In Baden-Baden beginnen wir um 12.45 Uhr mit einem Blick hinter die Kulissen des Festspielhauses (ca. 75 Min.). Daran schließt sich nach einer individuellen Mittagspause ab 15.30 Uhr eine Führung durch die aktuelle Ausstellung im Museum Frieder Burda an (1 Std.). Details standen bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Bitte beachten Sie dazu unsere Homepage www.vhs-korntal-muenchingen.de. Zum Abschluss erwartet uns um 18.00 Uhr im Festspielhaus Dvoraks 8. Sinfonie in G-Dur mit dem Sinfonieorchester Basel unter Diego Matheuz und danach den Meister der Schlaginstrumente, Martin Grubinger, der sein Percussion-Programm vorher nicht verrät. Lassen Sie sich überraschen, er ist grandios mit großem Unterhaltungswert.

Anmeldeschluss und letzte Stornomöglichkeit: Do. 10.12.15

In Kooperation mit dem Veranstalter vhs Korntal-Münchingen (Ihre Anmeldedaten werden an die vhs Korntal-Münchingen weitergeleitet.) Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihren Einstiegsort und die gewünschte Kategorie der Konzertkarte an. Gegen Aufpreis sind Konzertkarten der Kategorien 4-2 verfügbar: Preis bei Kat. 4 = 118,00 €, Kat. 3 = 130,00 €. Kat. 2 = 146,00 €.

Karola Schweikert
So, 07.02.2016
10.00 Uhr ab Korntal, Bahnhofsvorplatz
10.15 Uhr ab Gerlingen, Bushaltestelle vor der vhs, Schulstraße 19
10.30 Uhr ab Leonberg, Bushaltestelle Neuköllner Platz gegenüber LEO-Center (vor Stefanello, Fahrtrichtung Eltingen)
Rückkehr gegen 22.30 Uhr
98,00 € (keine Ermäßigung; für Fahrt, 2 Führungen, Museumseintritt und Konzertkarte der Preiskategorie 5)

104752LE *nachmittags*

Die Villa Reitzenstein - wo Politik gemacht wird

Die Villa Reitzenstein ist Amtssitz des Ministerpräsidenten und zugleich Sitz der Landesregierung und des Staatsministeriums von Baden-Württemberg. Das prächtige, von einem herrlichem Park umgebene Gebäude in Stuttgarter Halbhöhenlage wurde zu Beginn des vorigen Jahrhunderts von der Baronin Helene von Reitzenstein errichtet und hat eine wechselvolle Geschichte hinter sich. Wir laden Sie herzlich ein zu einem Rundgang durch dieses Haus. Werfen Sie einen Blick in das Innere der Villa und erfahren Sie mehr über diesen ungewöhnlichen Ort, von dem aus Baden-Württemberg regiert wird. Es führt ein Referent des Staatsministeriums.
Der Treffpunkt in Stuttgart wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.
Anmeldeschluss: 01.02.2016

Do, 11.02.2016, 15:20-17:00 Uhr
6,00 € (keine Ermäßigung)



104852LE *Wochenende*

Besuch der Orgelbauwerkstätte Mühleisen

Der „gute Ton“ in Leonberg

Die renommierte Orgelbau-Werkstätte Mühleisen in Leonberg hat nicht nur zahlreiche Orgeln im süddeutschen Raum gebaut und renoviert (z.B. die der Schlosskapelle Solitude oder St. Johannes in Leonberg), sondern fertigt diese herrlichen Kirchenmusik-Instrumente mittlerweile für Auftraggeber in der ganzen Welt. So wurde 2006 eine Orgel mit fünf Manualen für die Neue Philharmonie in Budapest geliefert, anschließend erhielt auch die Stuttgarter Stiftskirche anlässlich ihrer Renovierung eine neue Mühleisen-Orgel. Bei der Führung werden wir die Einzelschritte kennen lernen, die beim Bau einer Orgel notwendig sind und viel Wissenswertes über Orgeln allgemein erfahren. Der Treffpunkt in Leonberg wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Konrad Mühleisen
Sa, 13.02.2016, 10:00-12:00 Uhr
6,00 € (keine Ermäßigung)

Studienreisen

Sonderprospekte mit Anmeldeformularen zu den einzelnen Studienreisen erhalten Sie bei der vhs Leonberg



Mit Geographen unterwegs!
GEOPULS ist unser Partner für ganz besondere Studienreisen. Begeisterte Geographen, die sich mit der Natur und Kultur eines Landes durch Ihre eigene Arbeit bestens auskennen, führen Sie bei diesen Reisen. Sie alle erheben den Anspruch, sich wohltuend von vielen der marktüblichen Gruppenreisen abzuheben und den Teilnehmern ein Land oder eine Region mit viel Engagement so authentisch und ganzheitlich wie möglich zu präsentieren. Um neben den kulturellen Höhepunkten auch die Landschaften hautnah erleben und verstehen zu können, gehören kleine naturkundliche Wanderungen und Spaziergänge selbstverständlich mit dazu. Geopuls wurde 2004 aus dem Geographischen Institut der Uni Tübingen heraus gegründet und arbeitet seitdem exklusiv mit der VHS zusammen. Die angenehme Gruppengröße beträgt je nach Reise max. 16 oder weniger Teilnehmern. Wer ein Land mit seinen Hintergründen wirklich kennen lernen und genießen möchte, ist bei Geopuls genau richtig und herzlich willkommen!

Veranstalter im Sinne des Reiserechts: Geopuls GbR, Neckarhalde 62, 72109 Rottenberg



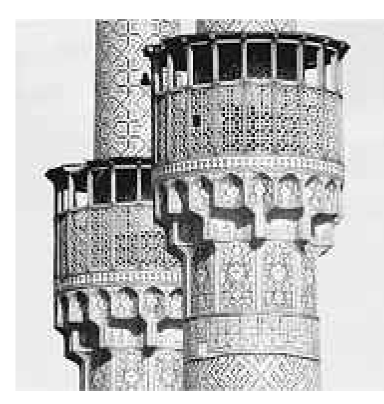
Schottland
Isle of Skye mit Glasgow & Edinburgh
8 Tage, 21.05. – 28.05.2016
Geopuls-Exkursionsleitung: Dipl.-Geograph Tobias Schiller
Mit dieser erlebnisreichen Exkursion hat der ausgewiesene Landeskenner Tobias Schiller die, aus seiner Sicht, schönste Route für eine einwöchige Schottlandreise zusammengestellt. Den räumlichen Schwerpunkt bildet der mittlere Nordwesten mit der Isle of Skye, wo Schottland bis heute sehr ursprünglich geblieben ist und der Landschaftseindruck schottischer nicht sein könnte. Zu Beginn jedoch steht zunächst ein Besuch in der einstigen europäischen Kulturhauptstadt Glasgow auf dem Programm und zum Abschluss nach einer eindrucksvollen Querung des Landes von der West- an die Ostküste, die faszinierende Hauptstadt Edinburgh. Skye selbst erreichen wir von Glasgow aus mit der schönsten Zugfahrt Großbritanniens, der West Highland Railway. Auf Skye und dem angrenzenden Festland selbst begegnen wir einer einmaligen Natur- und Kulturlandschaft. Wildromantische Lochs, majestätische Berge und malerische Burgen sind nur die bekanntesten Aspekte. Bei einigen Wanderungen in die Natur hinaus zu gehen, um die großartigen Landschaften hautnah zu erleben, sowie deren Aussehen und Entstehung auch erklärt zu bekommen, ist für eine Reise mit einem Geographen ganz selbstverständlich. Erst dadurch öffnet sich der Blick für das Besondere und die oft übersehenen schönen kleinen Dinge dieser einmaligen Naturlandschaft.
Leistungen: Flüge Stuttgart-Glasgow, Edinburgh-Stuttgart, 7 Ü/F, komplettes Exkursionsprogramm mit allen Eintritten, Führungen, Bus-, Boots- und Schifffahrten, Fahrt mit der West-Highland-Railway 1.840 €, EZ + 420 €.

Di, 1.12., 19:30 Uhr Länderkundevortrag zu Schottland und Einführung zur Studienreise (siehe Seite 10)



Marokko
eine geographische Traverse durch Zentral- und Südmarokko
15 Tage, 10. – 24.03. 2016
Geopuls-Exkursionsleitung: Dr. Volker Höhfeld, Geograph
Gerade in Marokko ist das besondere Flair des orientalisch-islamischen Kulturkreises sehr lebendig: in Architektur, Kleidung, Lebens- und Wirtschaftsformen. Allein schon deswegen ist das Land eine eindrucksvolle Reiseregion. Und trotzdem ist es ein Land, in dem Massentourismus nur an ganz wenigen Plätzen eine Rolle spielt. Marokko besticht nicht mit seinen Stränden. Es verführt mit seinen traditionsreichen, lebhaften und faszinierenden Städten, seinen landschaftlichen Kontrasten und mit seinen ethnisch vielfältigen Kolorierungen. Auf dem Hintergrund einer Szenerie aus Tausend und einer Nacht pulsiert das tägliche Leben mit seinen bisweilen krassen sozialen und wirtschaftlichen Gegensätzen zwischen Nord und Süd, zwischen Stadt und Land, zwischen Tradition und Moderne. Man lebt und wirtschaftet in sozial- und kulturhistorischen Relikten, die man erlebt haben muss, um sie zu begreifen. Intensiv - und nicht selten hautnah - lässt sich so etwas nur auf einer Reise durchs Land erfahren. Auf einer eindrucksvollen Traverse bekommen Sie tiefe Einblicke in die verschiedenen Natur- und Kulturlandschaften, Klima- und Vegetationsvarianten Marokkos. Die Route reicht von den Randwüsten der Sahara bis zu den einsamen Gipfeln des Hohen und Mittleren Atlas sowie zu den ertragreichen Bewässerungsregionen des Nordens. Sie werden verführt von aufregenden landschaftlichen Höhepunkten und einmaligen römischen, berberischen, portugiesischen, spanischen und maurischen Kulturrelikten.
Leistungen: Flugreise ab Stuttgart mit LH, 14 Ü/HP, komplettes Rundreiseprogramm mit allen Fahrten (Rundreisebus, wo nötig Geländefahrzeuge), Besichtigungen, Führungen und Eintritten. Preis im DZ 2.220 €, EZ-Zuschlag 340 €.

Mi, 25.11., 19:30 Uhr Länderkundevortrag zu Marokko und Einführung zur Studienreise (siehe Seite 10)



Iran
Landschaften und historische Perlen des alten Persiens
2 Termine 2016:
30.4.-13.5.16 (1) oder 14.- 27.5.16 (2)
Geopuls Exkursionsleitung: PD Dr. Harald Borger, Geograph (1. Termin)
Dipl.-Geographin Geraldine Quénéhervé (2. Termin)
Die bedeutendsten Orte des alten Persiens erwarten Sie, aufgereiht wie an einer Perlenschnur entlang traditionsreicher Handelsrouten: Shiraz, Persepolis, Kerman, Nain und Isfahan offenbaren dem aufmerksamen Beobachter die historischen Ereignisse von den antiken Reichen der Achämiden und Sasaniden über die islamischen Reiche bis hin zur jüngsten Vergangenheit. Die pulsierende Metropole Teheran entführt ihre Besucher in das moderne Leben einer Millionenstadt. In Qom, eines der bedeutendsten religiösen Zentren des schiitischen Islam dagegen, tauchen wir in eine uns unbekannte Kultur ein, die sich nur in einheimischer Begleitung wirklich erfahren lässt. Deshalb wird Sie auf dieser Exkursion nicht nur der Geograph Harald Borger bzw. die Geographin Geraldine Quénéhervé begleiten, sondern auch der deutschsprachige iranische Landeskundler Kazem Hamidizadeh. Die historischen Stätten und kulturellen Zentren machen dabei einen besonderen Reiz aus - die faszinierenden Naturlandschaften stehen dem nicht nach. Von den Gebirgsketten des Zagros und Kuhrud, über Steppen und Halbwüsten bis zu den Vollwüsten Lut und Kavir, bietet diese Reise unglaublich viele und schöne Eindrücke, sowohl für den Natur- als auch für den Kulturliebhaber.
Leistungen: Flugreise ab Frankfurt mit Iran Air, 13 Ü/HP, komplettes Exkursionsprogramm mit allen Fahrten, Inlandsflug, Eintritten und Führungen 2.760 €, EZ-Zuschlag 380 €.

Länderkunde/Natur

Fachauskunft: Elke Odrich-Liebthal, Tel. 07152 30 99-41
Verwaltung: Cornelia Jarde, Tel. 07152 30 99-64

Länderkunde



120152LV *Vortrag*
Marokko
Eine geographische Traverse durch Zentral- und Südmarokko

Trotz unübersehbarer französischer Einflüsse gehört Marokko mit zu jenen wenigen Ländern, in denen auch heute noch das besondere Flair des orientalisch-islamischen Kulturkreises in den meisten Lebensbereichen lebendig ist. Allein schon deswegen gilt Marokko als eine der eindrucksvollsten Reiseregionen des arabischen Raumes. Der Geograph Dr. Rolf Beck lässt Sie in diesem reich mit digitalen Bildern ausgestatteten Vortrag eindrucksvolle Einblicke in die verschiedenen Kulturlandschaftsteile, Klima- und Vegetationsvarianten Marokkos zwischen den kargen Randwüsten der Sahara und den einsamen Gipfeln des Hohen und Mittleren Atlas erleben. Er folgt dabei der Route unserer vhs-Studienreise, für die dieser Vortrag gleichzeitig eine geographische Einführung darstellt.

Dr. Rolf Beck
Mi, 25.11.2015, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
6,00 € (Abendkasse, für Reiseteilnehmer kostenfrei)



120252LV *Vortrag*
Schottland und Isle of Skye
Mit Stippvisiten in Glasgow & Edinburgh

Wussten Sie, dass die typisch schottische Heide- und Moorvegetation keineswegs natürlich, sondern von Menschen gemacht ist? Dass Schottland aus den ältesten Gesteinen der Erde aufgebaut ist? Dass die heutigen Landschaftsformen in der Eiszeit geschaffen wurden? Dass Mai/Juni die niederschlagsärmsten Monate sind? - Weshalb auch die gleichnamige vhs-Studienreise, für die der Vortrag gleichzeitig als Einführung gedacht ist, Ende Mai stattfindet. Der berufene Schottlandkenner und gleichzeitig Leiter der vhs-Exkursion, Tobias Schiller, nimmt Sie in diesem reich bebilderten Vortrag aber nicht nur in die großartige schottische Naturlandschaft mit, sondern weiß auch eine Menge zu den beiden Kulturmetropolen Glasgow und Edinburgh zu berichten.

Tobias Schiller
Di, 01.12.2015, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
6,00 € (Abendkasse, für Reiseteilnehmer kostenfrei)

Geopuls-Studienreisen siehe Seite 9.



120452LV *Vortrag*
Maasai auf Zeit
Zu Gast bei kenianischen Ureinwohnern

Das Volk der Maasai besteht aus etwa einer Million Menschen und lebt in Kenia und Tansania, ist stolz und gefürchtet. Es lebt nach eigenen Regeln, die nicht unbedingt konform gehen mit den Gesetzen des Landes. So kennen sie noch die Beschneidung junger Frauen und ihre Zwangsverheiratung. Sie glauben, dass alle Rinder der Welt ihnen gehören. Der Referent war zwei Wochen ihr Gast, bekam einen Maasai-Namen, wohnte in einer Maasai-Hütte und hat das Leben dieses Volkes mit allen Sinnen wahrgenommen. Er aß bei und mit ihnen, spielte mit den Kindern, diskutierte mit den Erwachsenen, wanderte mit ihnen und bewunderte die Gastfreundschaft, Sauberkeit, Hilfsbereitschaft und Energie dieses Volkes. Sie geben nie auf und kennen keinen Schmerz. Es war ein Abenteuer auf Zeit, über das Ihnen der Referent mit vielen Bildern berichten wird.

Dr. Sigfrid Gahse
Mi, 03.02.2016, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
6,00 € (Abendkasse)

Natur



122052L
Mit dem GPS unterwegs sicher orientieren

Eine GPS-geführte Wanderung oder eine GPS-Bike-Tour würde Sie interessieren? Sie haben aber noch viele Fragen dazu? Prospekte und Internetseiten sind die eine Seite, die Praxis jedoch die Realität. Erleben Sie nach einer kurzen theoretischen Einführung die GPS-Geräte in der Praxis während einer kurzen Tour in Leonberg. Bitte bringen Sie ggfs. auch eigene GPS-Geräte mit.

Andreas Heilig
Do, 08.10.2015, 18:00-21:00 Uhr
vhs, Raum E 2
29,00 € (keine Ermäßigung)

122152L
GPS-Tourenplanung mit Garmin Base-Camp

Garmin Base-Camp ist die neue PC-Planungssoftware von Garmin. Der Kurs wendet sich an GPS Einsteiger ebenso wie an erfahrene Nutzer des Vorgängers MapSource. Lernen Sie die neuen Funktionen, wie z.B. Trackkorrektour, Touren-Bibliothek am PC in der Praxis selbst kennen. Die umfangreichen Druckfunktionen, Datenverwaltung auf dem GPS, Geocache-Import, GPS-Karten ohne Installation direkt auf dem PC u.v.m. sprechen für diese neue Software. Bitte bringen Sie ggf. auch eigene GPS-Geräte und Tourendaten mit.

Voraussetzung:
Eigener Laptop (Windows oder Mac). Software und Kartenmaterial wird für den Kurs zur Verfügung gestellt.

Andreas Heilig
Do, 15.10.2015, 18:00-21:00 Uhr
vhs, Raum 113
29,00 € (keine Ermäßigung)



122352LV *Vortrag*
Wie erleben Hunde die Sozialisation und was macht die Rasse dabei aus?

"Sozialisation" ist ein Schlagwort in aller Munde. Dass sie mit der Eingewöhnung in unseren Alltag zu tun hat, weiß jeder. Aber wie genau erlebt der junge Hund in seiner Kindheit unsere Welt? Und welche Zusammenhänge bestehen zwischen der Sozialisation und Verhaltensproblemen? Neben Antworten auf diese Fragen soll es im Vortrag auch darum gehen, wie rassebedingte Charaktereigenschaften die Sozialisation in ihrer Wirkung abschwächen können. So werden Hunde der Rasse Heeler selten eine so starke Zuneigung zu fremden Menschen entwickeln, wie Labradore. Sozialisation ist also nicht alles ...

Gesine Mantel
Mo, 16.11.2015, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
9,00 € (Abendkasse)

Bitte beachten Sie auch den Vortrag „Hunde und ihre Maler – Maler und ihre Hunde" (Kurs-Nr. 228052LV) unter Kunstgeschichte Leonberg und den Spaziergang „Kulturabenteuer auf zwei Beinen und vier Pfoten" (Kurs-Nr. 118152DE) unter Exkursionen der Außenstelle Weissach.

Bei Vorträgen mit Abendkasse ist keine Anmeldung erforderlich.

Geschichte/Gesellschaft/Politik/Recht

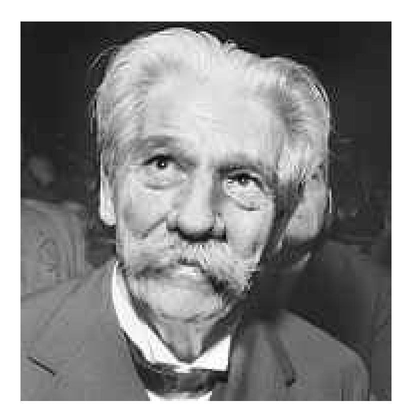
Fachauskunft: Dr. Uwe Painke, Tel. 07152 3099-40
Verwaltung: Cornelia Jarde, Tel. 07152 3099-64

Geschichte/Politik



140152L
Frauen in der Geschichte: Berühmte Frauen aus Italien
Legende und Wahrheit sind oft schwer voneinander zu trennen. Dies gilt erst recht in einem Land, in dem die Geschichte so wechselhaft verlief wie in Italien. Die Existenz der geheimnisvollen **„Päpstin" Johanna** ist bis heute ungeklärt. Anders bei der berüchtigten **Lucrezia Borgia,** der Tochter Papst Alexander Borgias – bei ihr gilt es, die blumigen bis pikanten Legenden von den Fakten zu trennen. Ebenso bei der streitbaren Herrscherin Tirols **Margarete Maultasch** – je nach Standort des Betrachters gibt es eine recht unterschiedliche Beurteilung. Denn diese Frau ließ sich nicht zum Spielball der Männer machen, die Tirol wollten.

Christine Frey
mittwochs, 20:00-21:30 Uhr
3 mal ab Mi, 07.10.2015
vhs, Raum 108
19,00 €



140252LV *Vortrag*
Albert Schweitzer: Arzt, Theologe, Musiker. Immer noch ein Vorbild?
Aktuelle Meinungsumfragen zeigen: Albert Schweitzer zählt neben Mutter Theresa und Nelson Mandela immer noch zu den drei wichtigsten Vorbildern. Schweitzer starb vor 50 Jahren als 90-jähriger. Wir schauen auf seine eigenwillige Biografie, die ihn vom Elsass zum Urwaldarztleben in Lambarene führte. Zwei Weltkriege machten auch dem Projekt Schweitzers in Afrika schwer zu schaffen und wandelten ihn zum Pazifisten und strikten Gegner von Atomwaffen. Berühmt geworden sind seine Rundfunkansprachen „Appell an die Menschheit" aus dem Jahr 1957. Albert Schweitzer wurde damals zum Friedenshelden. Mitten im kalten Krieg symbolisierte sein Wirken Humanität und Nächstenliebe. 1952 wurde ihm der Friedensnobelpreis verliehen. Heute wird Schweitzer auch kritisch beurteilt. In jedem Fall bietet diese Lebensgeschichte über einen aussergewöhnlichen Mann genug Stoff zum weiterdenken.

Andreas Wulf
Mo, 12.10.2015, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)



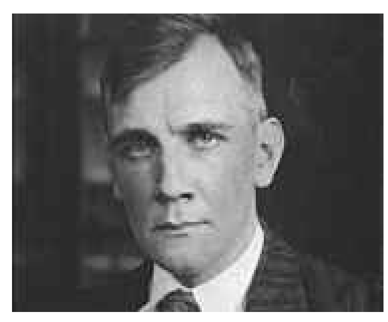
140352LV *Vortrag*
Schwäbische Dichter-Lese - Poeten und Revolutionäre: Ludwig Uhland und Wilhelm Zimmermann
Sie gehören einer Epoche an, die Dichter Ludwig Uhland (1787 - 1862) und Wilhelm Zimmermann (1807 - 1878) und sie waren beide Abgeordnete im Paulskirchen-Parlament. Doch in ihrer schriftstellerischen Tätigkeit gingen sie getrennte Wege. Während Uhland heute noch gelesen wird und vielfach präsent ist, ist Zimmermann nur Eingeweihten ein Begriff. Holger Starzmann vergleicht in bekannt lebhaftem Vortragsstil die interessanten Biografien dieser beiden schwäbischen Persönlichkeiten und stellt ihr literarisches Werk vor - im Falle Zimmermanns womöglich für manchen Besucher eine Neuentdeckung.

Holger Starzmann M.A.
Mi, 11.11.2015, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)



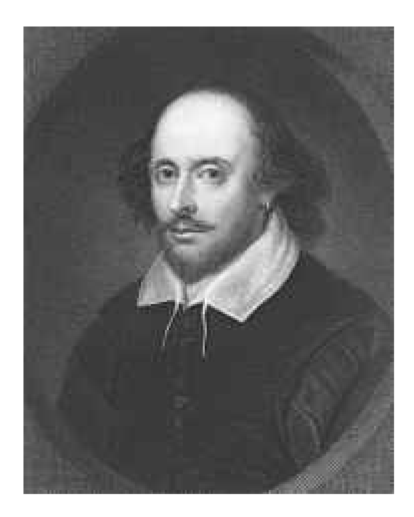
140452LV *Vortrag*
Charles de Gaulle (1890-1970) Er prägte Frankreich als Soldat wie als Politiker
Als Sohn eines Gymnasiallehrers in Lille tritt er im Alter von 21 Jahren ins französische Militär ein. Militärische Erfahrungen sammelt er bereits während des I. Weltkrieges. Im II. Weltkrieg ist er der einzige französische Offizier, dem es gelingt die Deutschen zeitweise militärisch zurückzudrängen. Nachdem Paris besetzt ist, leitet er den Widerstand im freien Frankreich. Im letzten Kriegsjahr wird er Chef der provisorischen Regierung in Paris und bekleidet das französische Präsidentenamt von 1959-1969. Obwohl er während des II. Weltkriegs ein erbitterter Gegner des Deutschen Reiches war, wurde er nach dem Krieg nicht müde, die deutsch-französische Freundschaft voran zu treiben. Ihren ersten Höhepunkt fand diese am 9. September 1960 mit seiner Rede an die deutsche Jugend im Ludwigsburger Schlosshof.

Matthias Hofmann M. A.
Mi, 18.11.2015, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)



140552LV *Vortrag*
Schindlers „Brüder" Teil V Mutige Retter der Verfolgten: Kurt Gerstein
Als „Hygienefachmann" der Waffen-SS wurde Kurt Gerstein 1942 Augenzeuge bei Massenmorden in den Konzentrationslagern. Noch während des Zweiten Weltkriegs versuchte er, das neutrale Ausland über seine Beobachtungen zu informieren. Er versuchte sogar, mithilfe des Papstes das Grauen in den KZs an die Öffentlichkeit zu bringen. Der Gerstein-Bericht wurde im Nürnberger Prozess als Beleg gegen die Hauptkriegsverbrecher verwendet. Dennoch sind seine Persönlichkeit und Rolle umstritten: Er war ein der Bekennenden Kirche nahestehender Christ, der in die SS-Uniform schlüpfte, um Informationen über NS-Unrecht zu erlangen und gegen das NS-Regime zu verwenden. Doch wurde er dadurch nicht zum Mittäter? Machen Sie sich selbst ein Bild dieser spannungsreichen Persönlichkeit!

Christine Frey
Mi, 02.12.2015, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)



140652LV *Vortrag*
William Shakespeare zum 400. Todestag Ein Jahrhundertgenie und seine Zeit
William Shakespeare war einer der genialsten Dramatiker Europas. Seine Schöpfungen wie König Lear, der Grübler Hamlet, der skrupellose Macbeth, vor allem aber Romeo und Julia gehören zum klassischen Kulturerbe unseres Kontinents. Shakespeare schuf zeitlose Figuren – die doch wesentlich von seiner Biographie und seiner Zeit geprägt waren. Unter der großen Elisabeth war England auf dem Weg zur Weltmacht, doch noch wetterleuchteten die Rosenkriege und der konfessionelle Hader am kulturellen und sozialen Horizont des Landes. Folgen wir also dem Sohn eines Handschuhmachers aus Stratford in das England der Renaissance – sprechen wir vom Rätsel und Wunder Shakespeare, dessen Werke nach der Bibel die meist zitierten Texte sein sollen.

Holger Starzmann M.A.
Mi, 13.01.2016, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)

Politik/Recht

140752LV *Vortrag*

„Lizenz zum Töten"?

Gewaltursachen in Religion und Politik

Der Islam, das Judentum und das Christentum haben dieselben Wurzeln und in allen drei Religionen ist es verboten, Menschen zu töten. Warum gibt es trotzdem so viel Gewalt? In den westeuropäischen Gesellschaften hat sich spät das Konzept durchgesetzt, Religion und Politik zu trennen. Wie kam es nach 1750 dazu und wurde Europa dadurch friedlicher? Was bedeutet es, dass in unseren Politikbegriffen oft religiöse Aspekte aufscheinen: „Friedensmission", „Sündenbock" und „Achse des Bösen"? Ein Gang durch die Geschichte Europas zeigt, womit sowohl Religion als auch Politik arbeiten: jede Gruppe grenzt sich ab, sie unterscheidet zwischen „wir" und „sie", oft mit verheerenden Folgen. Wir werden sehen, in jedem Politik- und Religionskonzept gab und gibt es immer Bemühungen, Gewalt zu verhindern oder Gewalt zu steigern.

Andreas Wulf
Mi, 27.01.2016, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)



140852LV *Vortrag*

Kurdistan - Islamischer Staat - Türkei:

Geographische Veränderungen in Nahost?"

Die jüngsten Ereignisse im Nahen Osten lassen die Kurden hoffen, bald einen eigenen Staat - Kurdistan - zu erlangen. Auch wenn dieser nur einen Bruchteil des eigentlichen kurdischen Gebietes umfassen würde, wäre es doch ein kurdischer Staat. Um ihr Ziel erreichen zu können, müssten die Kurden allerdings den „Islamischen Staat" bekämpfen und zerschlagen. Im Kampf gegen IS werden sie auch von Deutschland mit Waffenlieferungen unterstützt. Sollte der IS geschlagen sein, werden sich die Kurden noch sehr intensiv sowohl mit der Türkei, als auch mit dem Iran auseinandersetzen müssen, da beide nicht an einem kurdischen Staat an ihren Grenzen interessiert sind. Der Referent ist Islamwissenschaftler und möchte Licht ins politische Chaos der Verflechtungen in Nahost bringen.

Matthias Hofmann M. A.
Mo, 15.02.2016, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)

Recht



146152LV *Vortrag*

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Eine Patientenverfügung regelt, welche Behandlungsmaßnahmen der Arzt am Ende des Lebens durchführen darf und welche nicht. Eine frühzeitig erteilte Vorsorgevollmacht für das Alter erspart vielen Menschen die gerichtlich angeordnete Betreuung. Doch worin unterscheiden sich diese Verfügungen grundsätzlich und wie erstellt man eine Vollmacht und Patientenverfügung korrekt, damit auch im Ernstfall die Rechtsverbindlichkeit gesichert ist? Wie wählt man die richtigen Vertreter aus und welche Kosten fallen bei der Abfassung der Urkunden an? Petra Vetter, Fachanwältin für Medizin- und Familienrecht und Buchautorin zum Thema, wird aus ihrer langjährigen Berufspraxis berichten und anhand konkreter Beispielfälle umfassend auf all Ihre Fragen Antworten geben.

Petra Vetter, Rechtsanwältin
Di, 29.09.2015, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)

Bei Vorträgen mit Abendkasse ist keine Anmeldung erforderlich.



146252LV *Vortrag*

Elternunterhalt - wenn Kinder für die Eltern zahlen sollen

Viele Menschen sehen einer Pflegebedürftigkeit der eigenen Eltern mit Besorgnis entgegen. Nicht selten ist Sozialhilfe zu beantragen, wenn Mutter oder Vater in ein Pflegeheim umziehen müssen. Die Sozialämter kommen dann auch auf die Kinder der Pflegebedürftigen zu, um deren Unterhaltspflicht zu prüfen. Wann und in welche Höhe muss man den Eltern Unterhalt zahlen? Ist auch das Schwiegerkind zahlungspflichtig und wie sieht es mit Schonvermögen und der Verwertung der eigenen Immobilie aus? Die Fachanwältin für Familienrecht, Petra Vetter, erläutert anhand konkreter Berechnungsbeispiele die Voraussetzungen für den Elternunterhalt und steht für Ihre Fragen zur Verfügung.

Petra Vetter, Rechtsanwältin
Mo, 23.11.2015, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)



146352LV *Vortrag*

Nachbarrecht

Heutzutage ist jeder Nachbar: der Häuslesbesitzer, der Eigentümer, der Mieter! Im täglichen Miteinander können die widerstrebenden Interessen der Nachbarn aufeinander treffen und das Zusammenleben wird unerträglich. Ziel des Nachbarrechts ist deshalb die Einhaltung des nachbarlichen Friedens. Der Vortrag ist genau das Richtige für Sie, wenn Sie schon immer wissen wollten, wie hoch der Nachbar seine Hecke wachsen lassen darf. Darf er seine Bäume bis an die Grenze setzen? Wie kann ich mich wirksam gegen eine geplante Bebauung des Nachbargrundstückes wehren? Die Referentin beschäftigt sich seit Jahren mit nachbarrechtlichen Streitigkeiten und versucht die Probleme außergerichtlich zu lösen.

Eveline Fischer, Rechtsanwältin
Di, 02.02.2016, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)

Wirtschaft/Verbraucherfragen

Fachauskunft: Elke Odrich-Liebthal, Tel. 07152 30 99-41
Verwaltung: Cornelia Jarde, Tel. 07152 30 99-64

160052LV *Vortrag*

Einkommen im Alter, die große Unbekannte

Planen Sie Ihren Ruhestand

Die Rente ist sicher – komme ich aber damit aus? Die Rentenbescheide geben eine Hochrechnung wieder und die meisten werden feststellen, dass dies wesentlich weniger als das bisherige Einkommen ist. Lebensversicherungen erhöhen die Rente, aber auch hier gibt es Probleme aufgrund des niedrigen Zinsniveaus! Vom Kapital der ausgezahlten Lebensversicherung kann man noch einige Jahre leben – doch wer das Kapital verzehrt, erhält in der Folge weniger Zinsen. An einem realistischen Beispiel wird aufgezeigt, welche Faktoren das Alterseinkommen beeinflussen, worauf man achten sollte und warum diese immer wieder geprüft werden müssen. Dieser Vortrag soll Sie sensibilisieren, sich mit Ihrer Altersvorsorge zu befassen.

Helmut Butter
Mo, 18.01.2016, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (Abendkasse)



160152LV *Vortrag*

Der Masterplan für´s Eigenheim - Schritt für Schritt

"Träume brauchen Räume". Für viele ist der Wunsch nach den eigenen vier Wänden ungebrochen hoch. Hoch sind auch die Kaufpreise von Immobilien. Besonders niedrig und erfreulich für Käufer von Wohneigentum andererseits sind die einmalig günstigen Hypothekenzinsen, die angesichts der gegen Null Prozent liegenden Sparzinsen einen weiteren Anreiz schaffen, sich jetzt zu verschulden. Wenn Sie sich demnächst Wohneigentum zur Eigennutzung oder aber auch zur Vermietung anschaffen möchten, bekommen Sie in diesem aktuellen Kursvortrag eine Schritt-für-Schritt-Anleitung, wie der Kauf und die Finanzierung von Wohneigentum bestenfalls verwirklicht werden kann. Beleuchtet werden darin folgende Aspekte: Immobiliensuche, Standort- und Lagebeurteilung, Ausstattung und Baujahr einer Immobilie, Preis- und Zinsentwicklung, Instrumente zum Preisvergleich, Kaufpreis-Miet-Verhältnis, Kauferwerbsnebenkosten, Finanzierungsplan, Eigenheimförderung (zinsverbilligte Förderkredite, Zuschüsse und Wohn-Riester).

Thomas Mitschele
Mi, 17.02.2016, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
9,00 € (Abendkasse)



160252L *Wochenende*

Selbstgemacht - Geld gespart! Reparaturen im Haushalt kein Problem - für Frauen

Der Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten, wenn:
- der Wasserhahn tropft, der Siphon verstopft ist
- Fenster/Türen undicht sind, Türen nicht exakt schließen
- Lampen aufzuhängen und anzuschließen sind
- Bilder/Spiegel aufzuhängen sind
- Kratzer in Möbeln/Auto zu beseitigen sind
- Silikonfugen zu erneuern sind

Alle Reparaturen werden ausführlich und verständlich erklärt sowie die benötigten Werkzeuge und Maschinen besprochen. Es sind keine Grundkenntnisse notwendig! Anschließend können alle Reparaturen unter Anleitung im Kurs ausprobiert werden. Lernen Sie die wichtigsten Maschinen und Werkzeuge fachgerecht zu handhaben und die häufigsten Reparaturen selbstständig durchzuführen. Im Kurs werden 5,00 € für Material eingesammelt.

Elisabeth Vandea
Sa, 20.02.2016, 10:00-17:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
G.-Hauptmann-Realschule, Werkraum 1
59,00 € (keine Ermäßigung)

160452LV *Vortrag*

Braucht jeder Hausbesitzer einen Sanierungsfahrplan?

Die energetische Gebäudemodernisierung ist in aller Munde. Landesregierung und Bundesregierung propagieren Lösungen die, auch alte Objekte, zu wahren Energiesparwundern machen sollen. Mit Förderprogrammen, zinsgünstigen Darlehen und vielfältigen Regelungen wird für Modernisierungen geworben, aber es werden auch nicht unerhebliche Hürden aufgebaut. Der Referent erläutert anhand von Beispielen was Sie, gerade durch das neue Element des Baden-Württembergischen Sanierungsfahrplanes, der Voraussetzung für viele Regelungen in der Modernisierung von Wohngebäuden ist, erwartet. Auch die Fragen der rechtlichen Wertung kommen nicht zu kurz.

Bernd Mörk
Mo, 26.10.2015, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
kostenfrei

160552LV *Vortrag*

Mietnomaden

Ein Mietnomade ist meistens eine essentielle Gefährdung Ihres Vermögens und kostet oft bis zu 3 Jahresmieten und mehr. Gar nicht zu sprechen von dem ganzen Ärger, der auf Sie zukommt. Hier erhalten Sie wichtige Informationen und wertvolle Tipps, wie Sie sich vor Mietnomaden schützen können (Bonität, Vorvermieter usw.).
Ein Vortrag von Immobilienexperte Bernd Bannasch und einem Fachanwalt für Immobilienrecht.

Bernd Bannasch
Mi, 28.10.2015, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
kostenfrei

160752LV *Vortrag*

Hausnebenkostenabrechnung - gewusst wie!

Die Nebenkosten haben sich für den Mieter mittlerweile zur zweiten Miete entwickelt und stellen damit auch für den Vermieter ein erhebliches Kostenrisiko dar. Umso wichtiger ist es daher für den Vermieter, nicht nur die Vertragsgrundlage rechtssicher zu gestalten, sondern auch die Nebenkostenabrechnung rechtlich einwandfrei und für den Mieter nachvollziehbar zu gestalten. So können bereits im Vorfeld mögliche Konflikte vermieden werden.
Ein Vortrag von Immobilienexperte Bernd Bannasch und einem Fachanwalt für Immobilienrecht.

Bernd Bannasch
Mi, 20.01.2016, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
kostenfrei

160852LV *Vortrag*

Erneuerbares Wärmegesetz Baden-Württemberg - auch für mich wichtig?

Die energetische Gebäudemodernisierung ist in aller Munde. Durch gesetzliche Vorgaben, insbesondere bei der Modernisierung von Heizungsanlagen, wird Zusätzliches gefordert, aber auch gefördert. Mit Förderprogrammen, zinsgünstigen Darlehen und vielfältigen Regelungen wird für die Heizungserneuerung geworben, aber es werden auch erhebliche Hürden aufgebaut. Der Referent erläutert anhand von Beispielen, was durch das neue Element des Baden-Württembergischen Sanierungsfahrplanes und den Vorgaben des E-Wärme-Gesetzes für Sie von Bedeutung ist. Auch die Fragen der rechtlichen Wertung kommen nicht zu kurz.

Bernd Mörk
Mo, 25.01.2016, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
kostenfrei



161052L

Zeit verschenken für ein Ehrenamt?

Orientierungsabend für Interessierte und Neugierige

Sie haben etwas Zeit übrig und möchten diese gerne sinngebend und erfüllend für sich und andere einbringen? Sie wollen gerne ehrenamtlich aktiv werden, wissen aber nicht genau, was für Sie der richtige Aufgabenbereich sein könnte und wo Sie diesen in Leonberg finden können? Sie sind sich vielleicht auch nicht ganz sicher, ob ein Ehrenamt überhaupt das Richtige für Sie ist, aber reizen würde Sie es schon? Dann ist dieser Orientierungsabend genau das Richtige für Sie, denn hier erhalten Sie einen unverbindlichen Einblick und müssen sich für nichts festlegen! Gemeinsam erkunden wir die vielen verschiedenen Engagement-Möglichkeiten, die es in Leonberg gibt; u.a. erhalten Sie einen Einblick in den vielfältigen „Katalog der Möglichkeiten“. Wir schauen, welche Talente und Stärken in uns stecken, die wir gerne weiter entwickeln und vielleicht sogar zum Wohl anderer Menschen nutzen möchten. In lockerer, gemütlicher Runde - bei Getränk und Snack - berichten „alte Hasen“ über ihre Erfahrungen mit dem Ehrenamt. Wir werden viel Zeit für gemeinsamen Austausch haben, so dass Sie neue Impulse und Ideen mitnehmen und in den Alltag einfließen lassen können. In Kooperation mit der FreiwilligenAgentur Leonberg.

Elke Kaczor und
Suzanne Koranyi-Esser
Mi, 07.10.2015, 19:00-20:30 Uhr
Bürgerzentrum Stadtmitte,
Raum 1
kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

161152L

Lokale Agenda 21

Mitwirken – Mitgestalten – Einfluss nehmen

Infoabend für Interessierte und Neugierige

Sie sind neugierig darauf, Menschen kennenzulernen, die sich in Leonberg bereits für interessante Projekte der Lokalen Agenda 21 ehrenamtlich einsetzen und sind gespannt, welche Möglichkeiten es gibt, um mitzuarbeiten, mitzugestalten oder sogar neue Projekte auf den Weg zu bringen? Zwei engagierte Frauen werden Ihnen in lockerer Runde, bei Getränk und Snack, die lokale Agenda 21 vorstellen. Sie erfahren:
Was versteht man grundsätzlich unter der Lokalen Agenda 21?
Wie ist die Lokale Agenda 21 in Leonberg organisiert?
Welche Menschen stehen dahinter und sind in Leonberg aktiv?
Welche Gruppen und Projekte gibt es?
Wo und wie können Sie mitwirken und sich einbringen?

Der Abend dient dazu, sich unverbindlich zu informieren, einen Überblick zu erhalten, bereits engagierte Menschen kennenzulernen und sich auszutauschen.

Dr. Maria Zundel und
Renate Strauss
Do, 22.10.2015, 19:00-20:30 Uhr
Bürgerzentrum Stadtmitte,
Raum 1
kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Montagsakademie/Leben gestalten/Religion

Fachauskunft: Sigrun Veit, Tel. 07152 3099-43
Verwaltung: Marion Beck, Tel. 07152 3099-61

Montagsakademie



Sie möchten Ihr Wissen erweitern und auf den neuesten Stand bringen? Sie möchten sich an in Vergessenheit Geratenes erinnern und daran anknüpfen? Sie möchten sich zu einer intensiven Auseinandersetzung mit aktuellen Fragestellungen anregen lassen?
Die Montagsakademie gibt Ihnen dazu am Vormittag oder Nachmittag die Gelegenheit.

200352LM *vormittags*
Vertiefungskurs Geschichte
Von der Renaissance bis zur Französischen Revolution

Holger Starzmann
montags, 10:30-12:00 Uhr
8 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Konferenzraum
70,00 € (keine Ermäßigung)

200452LM *vormittags*
Vertiefungskurs Philosophie
„Reloading“ Sokrates - Ansätze aktuellen Philosophierens

Norbert Rink M.A.
montags, 10:30-12:00 Uhr
8 mal ab Mo, 30.11.2015
vhs, Konferenzraum
70,00 € (keine Ermäßigung)

200552LM *nachmittags*
Vertiefungskurs Geschichte
Krisenherd Nahost

Matthias Hofmann M. A.
montags, 14:00-15:30 Uhr
7 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Konferenzraum
62,00 € (keine Ermäßigung)

200652LM *nachmittags*
Vertiefungskurs Geschichte
Die Tudors

Holger Starzmann
montags, 14:00-15:30 Uhr
2 mal ab Mo, 30.11.2015
vhs, Konferenzraum
18,00 € (keine Ermäßigung)

200752LM *nachmittags*
Vertiefungskurs Musik
Die Geschichte der Sinfonie

Wilhelm Bäuml
montags, 14:00-15:30 Uhr
4 mal ab Mo, 11.01.2016
vhs, Konferenzraum
35,00 € (keine Ermäßigung)

200852LM *nachmittags*
Vertiefungskurs Geschichte
Von der Französischen Revolution bis zum neuen deutschen Kaiserreich 1871

Matthias Hofmann M. A.
montags, 15:45-17:15 Uhr
7 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Konferenzraum
62,00 € (keine Ermäßigung)

200952LM *nachmittags*
Vertiefungskurs Kunstgeschichte
Der Weg in die Moderne - das ausgehende 18. Jahrhundert und das 19. Jahrhundert in der Kunst

Anette Ochsenwadel M.A.
montags, 15:45-17:15 Uhr
8 mal ab Mo, 30.11.2015
vhs, Konferenzraum
70,00 € (keine Ermäßigung)

Leben gestalten

Bitte beachten Sie: Unsere Kurse im Bereich Leben gestalten ersetzen keine Therapie. Normale Belastbarkeit wird vorausgesetzt.

202152L *Wochenende*
Mit Know-how zur optimalen Gehirnnutzung
„Mir liegt's auf der Zunge..., Das war doch..., Moment, gleich hab' ich's...“ Kennen Sie das?
Ein gutes Gedächtnis ist Trainingssache. Durch Aufbauen gehirngerechter Verbindungen mit Assoziationstechniken lässt sich die Konzentration und Gedächtnisleistung des Gehirns enorm steigern. Die Techniken hierfür sind erstaunlich leicht zu erlernen und die Arbeit damit ist vergnüglich. In diesem Seminar werden Sie lernen wie es geht.
Inhalte: der mentale Spickzettel, Zahlen, Namen, Fakten, Vokabeln, Einkaufszettel, sicheres Abrufen, stressfreies Lernen,...
Einmal diese Art des Lernens erlebt und eingeübt, ist sie eine ständige Bereicherung für das ganze Leben.
Bitte Schreibmaterial mitbringen.
In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen.

Rolf Ertl
Sa, 14.11.2015, 10:00-17:30 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 105
55,00 € (keine Ermäßigung)



202252L *Wochenende*
Umgangsformen für Alltag und Beruf - Knigge 2016
In allen Lebensbereichen sind gute Umgangsformen für ein sicheres, selbst-bewusstes, ansprechendes Auftreten und Verhalten unerlässlich. Im Kurs arbeiten wir an praktischen Beispielen im jeweiligen sozialen Umfeld. Die Themen im Einzelnen sind:
- Korrektes und sicheres Auftreten: Wie wirkt mein Erscheinungsbild und mein Verhalten auf andere?
- Körpersprache: Wie bleibe ich ICH und akzeptiere die vorgeschriebenen Regeln; wie präsentiere ich meine Vorstellungen?
- Sprache: Anredeformen, Grüßen, Begrüßen, Vorstellen, Bekannt machen, Siezen, Duzen, Telefon, Handy, korrekte briefliche Anredeformen
- Dress-Code zu entsprechenden Anlässen
- Beruflicher Alltag: der richtige Umgang miteinander
- Verhalten bei Firmeneinladungen und -festen, Firmenausflügen und Reisen
- Veranstaltungstipps, Einladungen
- Tischsitten und Gebräuche (mit praktischen Übungen)
- Blick in andere Länder: Interkulturelle Kommunikation.

In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen.

Christine Klumpp-Klug
Sa, 23.01.2016, 10:00-17:00 Uhr
inkl. Pause
vhs, Raum 105
39,00 € (keine Ermäßigung)

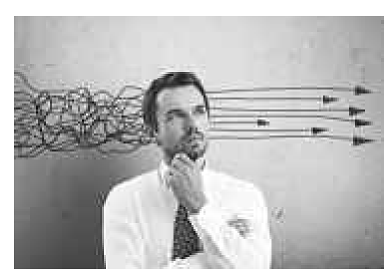
202352L *Wochenende*
Körpersprache
Kompetent wirken - kompetent sein
Das Erste, was vom Gegenüber wahrgenommen wird ist sein Körperausdruck und weniger das gesprochene Wort. Ob Menschen spontan als sympathisch, freundlich oder kompetent, aber auch genau gegenteilig rüber kommen, hat mit Gestik, Mimik und der Haltung zu tun. Erst dann hört man ihnen zu - oder auch nicht! Wie es geht, sich ein Stück weit sympathisch und unbefangen in der Welt außerhalb von Facebook und Twitter zu bewegen, erfahren Sie über lebendige Übungen, die fundiert werden durch das theoretische Grundwissen der Körpersprache. Der Schwerpunkt des ersten Abends liegt auf der Theorie. Der zweite Tag ist der Praxis, Selbsterfahrung und der eventuellen Veränderung gewidmet. In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen.

Eva Kremser
Fr, 29.01.2016, 18:00-21:00 Uhr
Sa, 30.01.2016, 10:00-14:30 Uhr
Haus der Volkshochschule Gerlingen, Schulstr. 19, Studio 1.1
49,00 € (keine Ermäßigung; inkl. Kursunterlagen)

202452LV *Vortrag*
Alkoholabhängigkeit
Das Thema Alkohol besitzt nicht zuletzt wegen des riskanten Konsums von Alkohol durch Jugendliche (Komasaufen) hohe Aktualität. Aber auch in der Welt der Erwachsenen, die beispielgebend und prägend für Kinder und Jugendliche wirkt, hat übermäßiger Alkoholkonsum keinen Seltenheitswert. Im Vortrag wird die Entstehung, Vorbeugung und Behandlung von Alkoholabhängigkeit behandelt. Der Referent weiß aus eigener Erfahrung, was es heißt, alkoholkrank zu sein. Gerade mit diesem persönlichen Hintergrund gelingt es ihm, wissenschaftliche Erkenntnisse über den Missbrauch von Alkohol verständlich und mit hohem Praxisbezug zu vermitteln. In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Dr. Michael Schwarzkopf
Do, 28.01.2016, 19:00 Uhr
vhs, Raum 105
6,00 € (Abendkasse)

Leben gestalten/Religion



202552L
Unruhe im Kopf? Selbstbestimmt sich wohler fühlen
Werden Sie zum aktiven Gestalter Ihrer Gedanken und Gefühle! Ihre Gedanken können Kraftstoff oder Bremser in Ihrem Alltag sein. Sie können Ihnen den Schlaf rauben oder die schönsten Gefühle hervorrufen. Meistens nehmen wir uns zu wenig Zeit, Einstellungen und Gedanken näher zu hinterfragen. Stattdessen halten wir an Gewohnheiten fest, die keine Entwicklung mehr zulassen oder uns in negativen Denkspiralen einfangen. Wer in seine Gedankenwelt eintaucht, wird gelassener, fördert sein Selbstbewusstsein und ist zuversichtlicher im Leben. Sie erhalten Anregungen, wie Sie förderliche Haltungen entwickeln. Hilfreiche Unterstützung bieten dabei Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie ein Getränk mit. In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Anja Beyer
Di, 17.11.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
29,00 € (keine Ermäßigung)

202652L
Rote Karte für den inneren Kritiker
Wir alle kennen die inneren Kritiker, sie zählen uns auf was wir wieder alles falsch gemacht haben, sie vergleichen uns stets mit anderen - natürlich nur mit denen die besser zu sein scheinen. Diese Miesmacher, Fehlerzähler und Besserwisser begleiten uns schon seit unserer Kindheit. Manchmal sind sie hilfreich, doch hauptsächlich sind sie Quälgeister, zehren an den Nerven und machen uns das Leben schwer. Wir erfahren an diesem Abend welche typischen inneren Kritiker es gibt und wie wir sie auch als Unterstützer sehen können. Wenn wir sie verstehen, können wir die Stärken und das Potential des sogenannten „inneren Teams" für uns positiv nutzen. Materialkosten (ca. 3 €) werden im Kurs abgerechnet. In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Bettina Frey
Do, 21.01.2016, 19:30-22:00 Uhr
Haus der Begegnung
9,00 € (keine Ermäßigung)

202752L *Wochenende*
Holen Sie sich Ihre Lebensfreude zurück
Entdecken Sie in diesem Tagesseminar Ihren ganz persönlichen Pfad zu mehr individuellem Glück, mehr Lebensfreude und mehr Schwung in Ihrem Alltag. Impulsvorträge werden durch leichte Übungen aus dem Autogenen Training unterstützt. Mit Atmung, Bewegung und Entspannung schaffen wir den notwendigen Ausgleich für die mentalen Exkursionen wie Phantasiereisen, Visualisierungen und Konzentrationstraining. Das Ganzheitsmodell orientiert sich an der Sinnfindung im eigenen Leben mittels Inhalten aus der Gestalttherapie.
Kursinhalt: Wie Sie ...
- Ihr Lachen zurückgewinnen,
- Ihr Selbstbewusstsein stärken,
- einfach und leicht entspannen,
- ein deutlich verbessertes Verständnis für Körper, Geist und Seele bekommen,
- Alltagssituationen neu bewerten.

Bitte mitbringen: Matte (falls vorhanden), Decke, warme Socken und Schreibzeug.
In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen.

Cornelia Clemens
Gestalttherapeutin
Sa, 24.10.2015, 09:00-17:00 Uhr
inkl. Pause
Haus der Volkshochschule Gerlingen, Schulstr. 19, Atelier 2.1
68,00 € (keine Ermäßigung)

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

202852L *Wochenende*
Wie Sie mit der Kraft Ihrer Gedanken wirkungsvoll Ihre Ziele erreichen
Nutzen Sie das Gesetz der Anziehung
In diesem Kurs erfahren Sie, wie sich die Art unseres Denkens auf unser ganzes Sein auswirkt - unser emotionaler und körperlicher Zustand, unsere Handlungen, unser Lebensgefühl sind maßgeblich durch unsere Gedanken bestimmt. Wir haben die Möglichkeit, negative Gedankenmuster durch förderliche zu ersetzen und uns somit freier und selbstbestimmter durchs Leben zu bewegen - kurzum: glücklicher zu sein.
Kursinhalte: Das Denken bewegt den Körper; positive Affirmation; negative Gedanken unterbrechen und durch förderliche ersetzen; Zusammenspiel von Gedanke, Gefühl, Körperhaltung und Atmung; das Positive im eigenen Leben (an)erkennen und wertschätzen; richtige Zielformulierung; kreative Wunscherfüllung - das Gesetz der Anziehung; Liebe und Dankbarkeit als Grundhaltung.
Bitte mitbringen: warme, nicht einengende Kleidung, Decke, kleines Kissen, Schreibzeug und Block.

Tim Pattosien
So, 22.11.2015, 10:00-17:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 114
27,00 € (keine Ermäßigung)

202952L
Gassi gehen mit dem inneren Schweinehund
Vom guten Umgang mit dem Unwillkürlichen in uns
Wir haben viele gute Ideen für unser Leben. Viele wünschen, sich gesünder zu ernähren, öfter den Augenblick zu genießen, mehr mit sich selbst und mit anderen im Frieden zu leben. Und dann gelingt es wieder nicht: Sorgen, Verletzungen und mangelnde Motivation halten uns davon ab. Moderne Hirnforscher sagen uns warum: Unwillkürliche Prozesse in uns sind stärker als das, was wir uns willentlich vornehmen. Da hilft es auch nichts, den inneren Schweinehund zu etwas zwingen zu wollen - wer Zwang gegen sich selbst ausübt, wird allenfalls depressiv. Nur wer die Sprache seines inneren Schweinehunds erlernt, wird ihn für seine Ziele gewinnen können. Hierzu zeigt das Seminar Methoden und Übungen auf. In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Tilman Gerstner
Do, 12.11.2015, 19:00-21:45 Uhr
Haus der Begegnung
15,00 € (keine Ermäßigung)

203052L
Psychologische Astrologie für Fortgeschrittene
Konstellationen sind Lösungen
Stoßen wir auf Hindernisse, so können wir diese einer astrologischen Konstellation im Horoskop zuordnen (Beispiel: Depression = Mond/Saturn). Jede Konstellation, die sich als Problem äußert, trägt die Lösung in sich. Wir fragen nicht: Wie kann ich diese Konstellation loswerden? Sondern: Wie kann ich sie so leben und erleben, dass ich sie als Ressource leben kann? Hinter jeder Schwierigkeit steckt eine Fähigkeit, die sich entwickeln möchte. Wir erarbeiten verschiedene Konstellationen und suchen hilfreiche Wege der Lösung.

Ilse Burger
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum E 1
75,00 € (keine Ermäßigung)

Religion

208152LV *Vortrag*
Christen und Muslime im Gespräch - wie der christlich-islamische Dialog gelingen kann
3,7 Milliarden Gläubige bilden zusammen die beiden größten Religionen der Welt. Die religiöse Vielfalt und die verschiedenen Lebenskulturen von Christen und Muslimen rufen häufig Missverständnisse und Unsicherheiten im gemeinsamen Umgang miteinander hervor. Welche Ansätze gibt es, diese Konflikte zu überwinden? Wie kann Vertrauen und Verständnis füreinander wachsen, können Vorurteile abgebaut werden? Gemeinsam mit Dr. Abdelmalek Hibaoui und Prof. Dr. Siegfried Zimmer wollen wir Wege aufzeigen, den christlich-islamischen Dialog positiv zu gestalten um ein dauerhaftes friedliches Miteinander zu erreichen.
Eine Kooperation der Evang. Erwachsenenbildung, der Kath. Erwachsenenbildung und der vhs Leonberg.

Dr. Abdelmalek Hibaoui
Prof. Dr. Siegfried Zimmer
Di, 13.10.2015, 19:30 Uhr
Haus der Begegnung
4,00 € (Abendkasse)

Literatur/Schreiben/Theater/Musik/Kunstgeschichte

Fachauskunft: Sigrun Veit, Tel. 07152 3099-43
Verwaltung: Marion Beck, Tel. 07152 3099-61

Literatur

220152LV *Vortrag*
Lektüre beim Wein mit Christa Weiß

Sind Sie neugierig? Haben Sie Lust, bekannte Persönlichkeiten Leonbergs von einer etwas privateren Seite kennen zu lernen, z.B. zu erfahren, zu welchem Buch sie greifen zur Erbauung oder Entspannung oder welches sie derzeit besonders beschäftigt?
In gemütlicher Runde bei einem Glas Wein hören wir, warum dem Gast des Abends das Buch gefällt, was er daraus gelernt hat oder beachtenswert findet. Auf diese Weise und im gemeinsamen Gespräch wird es möglich einen Blick über den Zaun zu werfen, den Menschen hinter der öffentlichen Rolle ein wenig kennen zu lernen.
An diesem Abend stellt Christa Weiß, Fraktionsvorsitzende der SPD im Gemeinderat „ihr" Buch vor. Das Hotel bietet freundlicherweise kostenlos Brezeln an.

Do, 22.10.2015, 19:30 Uhr
Hotel Hirsch, Eltingen,
Raum „Leonberg", Eingang Hotel Rezeption, Bergstraße
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)



220352LV *Vortrag*
Bücher für den Gabentisch - Neuerscheinungen Herbst 2015

Jedes Jahr zur gleichen Zeit sieht sich die Leserschaft einer kaum überschaubaren Anzahl neuer Bücher gegenüber. Die Entscheidung, was man lesen soll, fällt häufig schwer. Was muss ich lesen, wie sind die Inhalte, was könnte mir gefallen?
In adventlicher Stimmung - bei einer Tasse Tee und Keksen - wird Ihnen an diesem Abend ein kleiner Einblick in den Bücherherbst 2015 gegeben und Ihnen die Entscheidung, zu welchem Buch Sie greifen sollten oder was Sie verschenken könnten, ein wenig erleichtert. In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Leonberg.

Caren Decker-Jung
Do, 26.11.2015, 19:30 Uhr
Stadtbücherei
6,00 € (Abendkasse)

Bitte beachten Sie auch „Mörderischer Winter - Kriminelle Neuerscheinungen" unter Literatur in Rutesheim auf Seite 76.

220452L *Wochenende*
Tödlicher Genuss - Weinkrimi mit Weinprobe

Schauplatz von Mord und Todschlag, aber auch von leckeren Weinen, wird diesmal die Provence sein. Zu 5 kurzen Lesepassagen werden 5 passende Weine mit Hintergrundinformationen gereicht. Die Weinregion um Aix-en-Provence und Saint-Tropez blüht geradezu auf und bringt höchst interessante Gewächse hervor. Genießen Sie zu Beginn einen weißen Biowein, dazwischen den Rosé mal traditionell, mal amerikanisch-modern. Nicht fehlen darf natürlich der Rotwein mit seinem unverwechselbarem Duft. Sollte der Krimi gut ausgehen, gibt es am Ende einen legendären Bandol.

Caren Decker-Jung
Michael Sackmann
Fr, 19.02.2016, 19:30-21:30 Uhr
Kurfiss-Gebäude Höfingen, Gewölbekeller
29,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 10 € für Wein und Brot)

220552L *Wochenende*
Mediterraner Märchenabend
bei Kerzenlicht und kulinarischen Köstlichkeiten

Lassen Sie sich entführen in die traumhafte Märchenwelt des Mittelmeers! Mediterraner Zauber und Mythen der Antike prägen diese faszinierenden Überlieferungen längst vergangener Kulturen. Bei Kerzenschein, Musik, geheimnisvollen Klängen und kulinarischen Köstlichkeiten mediterraner Spezialitäten zu Quittenpunsch oder Lavendeltee genießen Sie die Märchenerzählung mit allen Sinnen. In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Claudia Bruder
Fr, 06.11.2015, 18:30-21:15 Uhr
Haus der Begegnung
17,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 6,00 € Lebensmittelkosten)

Bitte beachten Sie auch die Fahrt zur Buchmesse nach Frankfurt, Kurs Nr. 101252LF, unter Exkursionen.

220652L *vormittags*
Literarisches Café

„Die interessanteste amerikanische Erzählerin seit langem" (Philip Roth)
Wie in jedem Semester sind Sie auch dieses Mal wieder eingeladen, Kaffee- und Literaturgenuss miteinander zu verbinden. Termin 1: Louise Erdrich „Spuren".
Die Titel für den 2. und 3. Termin werden am 1. Kurstermin besprochen.

Anette Ochsenwadel M.A.
Literaturwissenschaftlerin
Do, 15.10./10.12.2015 sowie 21.01.2016
jeweils 09:30-11:00 Uhr
Stadtcafé Trölsch am Marktplatz
24,00 € (keine Ermäßigung)

220752L
Aktuelle Literatur im Gespräch
Lesekreis

„Es hängt eine Geschichte daran, wie an allem eine Geschichte hängt, unsichtbar, solange die Dinge geschehen." (Louise Erdrich „Spuren")
Haben Sie Lust über verschiedene Romane zu diskutieren und über deren literarische Gestaltungsmittel zu sprechen? Auch in diesem Semester möchten wir im Lesekreis unseren Einblick ins Literaturschaffen vertiefen. Lektüre für den ersten Termin: Louise Erdrich „Spuren". Die Titel für den 2. und 3. Termin werden am 1. Kurstermin besprochen.

Anette Ochsenwadel M.A.
Literaturwissenschaftlerin
Do, 15.10./10.12.2015 sowie 21.01.2016
jeweils 19:30-21:00 Uhr
vhs, Raum 105
22,00 € (keine Ermäßigung)

Schreiben



222052L *nachmittags*
Schreiben von Anfang an
Einladung zum autobiografischen Schreiben

Jedes Leben ist einzigartig, deshalb wollen wir uns versöhnend, behutsam, aber auch humorvoll erinnern, damit nichts verloren geht. Unabhängig vom Alter sind alle angesprochen, die sich mit der eigenen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft auseinandersetzen möchten. Das Aufschreiben verschiedener Lebensstationen hilft uns bei der Aufarbeitung mancher Ereignisse, weil wir beim Schreiben Erlebtes aus anderer Sichtweise betrachten. Der Austausch in der Schreibgruppe spielt dabei eine erhebliche Rolle, wobei alles Geschriebene und Gesprochene während des Kurses „unter uns" bleibt. Schreiberfahrung ist nicht erforderlich. Bitte bringen Sie zum ersten Treffen, außer Schreibzeug und Block, ein Kinderfoto von sich mit. In Zusammenarbeit mit der Evang. Erwachsenenbildung.

Angelika B. Lauppe
Mi, 30.09./21.10./18.11./16.12.2015 / 20.01./17.02.2016
jeweils 15:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 106
58,00 € (keine Ermäßigung)

Kreative Schreibwerkstatt

Haben Sie schon einmal Tagebuch geschrieben?
Haben Sie schon einmal Geschichten erfunden?
Lernen Sie sich und andere durch „Kreatives Schreiben" mit neuen Augen sehen, mit neuen Ohren hören. Lassen Sie Ihre Hand los(legen) und staunen Sie über die Geschichten und Erkenntnisse, die in Ihnen stecken. Freuen Sie sich auf kreativ-spielerischen Austausch mit Gleichgesinnten.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bringen Sie Neugier, Offenheit und sich selbst mit.

222152L *Wochenende*
Andrea Neidhardt
Sa, 17.10./21.11./12.12.2015
30.01./20.02.2016
jeweils 10:00-13:00 Uhr
vhs, Raum 105
72,00 € (keine Ermäßigung)

222252L *Wochenende*
Andrea Neidhardt
Sa, 17.10./21.11./12.12.2015
30.01./20.02.2016
jeweils 14:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 105
72,00 € (keine Ermäßigung)

Vortrag zum 400. Todestag von Shakespeare am 13.01.16.
Näheres auf Seite 11.

Schreiben/Theater/Musik/Kunstgeschichte



222352L *nachmittags*
Kreatives Schreiben
„Solange wir lachen, befinden wir uns in der Gesellschaft der Götter.“ (Japanisches Sprichwort)
An den Kursnachmittagen der Schreibwerkstatt COLIBRI wird nicht nur kreativ geschrieben, sondern auch gelacht. (siehe oben) Auf Anregung und gewürzt mit Ihrer Phantasie entstehen an den Nachmittagen zunächst kleine Texte. Die zu Hause entstehenden Texte werden konstruktiv in der Gruppe besprochen und dadurch verbessert.
Unverkrampftes Schreiben steht im Vordergrund dieses Kurses, aber auch der respektvolle Umgang der Teilnehmer untereinander und der Respekt vor den Texten. Wer ein wenig schreiberfahren ist, schon einmal einen ähnlichen Kurs besucht hat oder sich einmal kreativ schreibend ausprobieren möchte, ist bei uns an der richtigen Adresse und herzlich willkommen.

Angelika B. Lauppe
Do, 15.10./12.11./10.12.2015 / 14.01./04.02.2016
jeweils 14:45-17:45 Uhr
vhs, Raum 106
72,00 € (keine Ermäßigung)

Theater

Vollmond*theater* Leonberg

Vollmond*theater* Leonberg
Die vhs-Theatergruppe Vollmond ist als Jahreskurs angelegt, deshalb sind in diesem Semester keine Anmeldungen möglich. Im Frühjahr 2016 finden Aufführungen von Vollmond im Theater im Spitalhof statt. Nähere Informationen dazu finden Sie in unserem nächsten Programmheft, der Tagespresse oder unter www.vollmondtheater.de.

224152L
Theaterworkshop I
„Und wenn du den Eindruck hast, dass das Leben Theater ist, dann such dir eine Rolle aus, die dir so richtig Spaß macht.“ William Shakespeare.
Dieser Theaterworkshop gibt Einblicke in die Grundlagen des Theaterspielens. Für alle, die herausfinden wollen, ob ihnen die Schauspielerei liegt. Wir werden improvisieren, eigene Ideen für themenbezogene Szenen entwickeln, lernen verschiedene Emotionen auszudrücken. Darüber hinaus werden Körperausdruck, Selbstbewusstsein und Sprache geschult. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Mitzubringen sind Neugier und bequeme Kleidung.

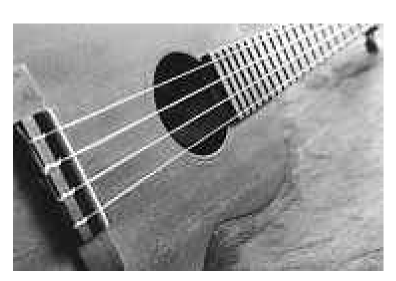
Vanessa Nebenführ
Schauspielerin und Theaterpädagogin
dienstags, 19:00-20:30 Uhr
4 mal ab Di, 06.10.2015
vhs, Raum 105
42,00 € (keine Ermäßigung)



224252L
Theaterworkshop II
Schauspiel: Eine andere Art sich auszudrücken. In diesem Kurs intensivieren wir das (Schau-)Spiel. Entdecken Sie sich selbst und Ihre Kreativität. Aber keine Scheu, auch Anfänger sind herzlich willkommen.

Vanessa Nebenführ
Schauspielerin und Theaterpädagogin
dienstags, 19:00-20:30 Uhr
4 mal ab Di, 10.11.2015
vhs, Raum 105
42,00 € (keine Ermäßigung)

Musik



226152L *Wochenende*
Ukulele für Einsteiger
Die Ukulele (= „hüpfender Floh“) ist die kleine Schwester der Gitarre. Sie ist viel kleiner und leichter als die Gitarre, billiger und - da sie nur 4 Saiten hat - viel leichter zu greifen. Der Workshop ist für alle, die mit wenig Aufwand einfache Lieder begleiten wollen (Schlagtechnik, Zupfen). Aber auch das Melodiespiel wird geübt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich und für Fragen und Wünsche gibt es jede Menge Raum. Leih-Ukulelen stehen für 5€ beim Kursleiter in begrenzter Anzahl zur Verfügung. **Bitte unbedingt bei der Anmeldung angeben, ob Sie eine Ukulele benötigen! Sind Sie Linkshänder?** Die Kosten in Höhe von 2,50 € für Unterlagen werden im Kurs abgerechnet.
Bitte mitbringen: Ukulele (wenn vorhanden), Schreibmaterial. In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Wolfgang Kern-Bauer
Sa, 30.01.2016, 10:00-17:00 Uhr inkl. Pause
vhs, Raum 110
42,00 € (keine Ermäßigung)

226252L *Wochenende*
Trommeln für die Seele
Die Teilnehmer des Kurses werden auf eine Reise durch Westafrika mitgenommen. Nach kurzer Einführung in die Schlagtechnik auf der Djembé spielen wir Rhythmen der verschiedenen Völker im Senegal, Mali und Guinea. Wir reisen von tropischen Gebieten bis in die Sahara. Auch das afrikanische Xylophon (Balafon) lernen wir kennen und empfinden das dörfliche Leben nach. Dazwischen sorgen Einlagen der Dozenten mit Balafon, Djembé und Gesang für afrikanisches Feeling.
Djemben können gegen 5 € ausgeliehen werden, die im Kurs zu bezahlen sind. **Bitte geben Sie unbedingt bei der Anmeldung an, ob Sie eine Djembé brauchen.**

Ursula Branscheid-Kouyaté
Mamadi Kouyaté
So, 25.10.2015, 13:00-17:00 Uhr
Altes Rathaus Eltingen, Bürgersaal
20,00 € (keine Ermäßigung)

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

226352L *Wochenende*
Veeh-Harfe® - Musik mit leisen Tönen
Einführungskurs
Kaum zu glauben, aber wahr: die Veeh-Harfe® ist ein Instrument, das man auch ohne Notenkenntnisse spielen kann!
Nach einer kurzen Einführung können Sie rasch hörenswerte Ergebnisse erlangen. Man kann die Veeh-Harfe® alleine, in der Kleingruppe oder im Ensemble spielen. Vom Kinder- und Volkslied über den Choral bis hin zu Spirituals und klassischen Stücken ist Vieles spielbar. Eigens für das Instrument wurde eine einfache und deutliche Notenschrift entwickelt. Die Notenblätter werden unter die Saiten geschoben. Der/die Spieler/in zupft die Saiten entlang dem einfachen Notenverlauf. Wir musizieren gemeinsam und erfahren vieles zur Entstehungsgeschichte und den Einsatzmöglichkeiten der Veeh-Harfe®.
Eine Harfe und die Noten können im Kurs entliehen werden. **Sollten Sie ein Instrument besitzen, teilen Sie dies bei der Anmeldung mit und bringen es zum Kurs mit.** In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Gabriele Theurer-Siebert
Sa, 14.11.2015, 14:00-18:00 Uhr
Haus der Begegnung
38,00 € mit Harfe und Noten (keine Ermäßigung)
28,00 € ohne Leihharfe mit Noten (keine Ermäßigung)
In diesem Fall ist keine Anmeldung über das Internet möglich.

226452L *Wochenende*

Veeh-Harfe® - Musik mit leisen Tönen

Aufbaukurs

Voraussetzung für diesen Kurs ist die Teilnahme am Einführungskurs. Hier erweitern wir nun unsere Kenntnisse. Wir erarbeiten unbekannte Lieder und Musikstücke z. B. aus der Blumenmappe. Die entsprechenden Notenmappen werden im Kurs bereitgestellt. Eine Harfe und die Noten können im Kurs entliehen werden. **Sollten Sie ein Instrument besitzen, teilen Sie dies bei der Anmeldung mit und bringen es zum Kurs mit.** In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Gabriele Theurer-Siebert
Sa, 21.11.2015, 14:00-18:00 Uhr
Haus der Begegnung
38,00 € mit Harfe und Noten
(keine Ermäßigung)
28,00 € ohne Leihharfe mit Noten
(keine Ermäßigung)
In diesem Fall ist keine Anmeldung über das Internet möglich.

226552L *Wochenende*

Singen - Gesang ist für mich... Freude, Kunst,... ein Buch mit sieben Siegeln

Singen kann man das lernen? Kann es jeder lernen? Ist meine Stimme dafür geeignet? Sie singen gerne und möchten mehr darüber erfahren?
An diesem Vormittag erhalten Sie ausführliche Antworten. Es steht Ihnen für 45 Minuten eine ausgebildete Opern- und Konzertsängerin / Fachbereichsleiterin Gesang mit Übungen, praktischen Tipps und Anregungen zur Seite.
Bitte halten Sie sich diesen Vormittag frei und geben Sie bei Ihrer Anmeldung unbedingt eine Telefonnummer an, unter der wir Sie tagsüber erreichen können, um die genaue Uhrzeit Ihres persönlichen Termins zu vereinbaren.
In diesem individuellen Kurs erhalten Sie Impulse für Ihr weiteres sängerisches Fortkommen. **Anmeldeschluss: 06.10.2015.**

Ingeborg Krebs-Kluge
45 Minuten Termin am
Sa, 10.10.2015, im Zeitraum zwischen 09:30-13:15 Uhr nach telefonischer Rücksprache
vhs, Raum 110
28,00 € (keine Ermäßigung)



226652L

Ihre Stimme ist Ihre Visitenkarte

Wenn Sie
- vermeiden wollen, dass es Ihnen „die Stimme verschlägt",
- nicht wollen, dass Sie heiser werden, sobald Sie länger sprechen,
- sich mehr Gehör verschaffen wollen durch eine kräftigere Stimme,
- klangvoller sprechen und singen wollen,
- Heiserkeit und Stimmlosigkeit entgegenwirken wollen,

dann sollten Sie dieses Stimmtraining machen!
Lernen Sie Möglichkeiten kennen, die Stimmqualität zu verbessern und sich ein Leben lang eine ausdrucksstarke, gesunde und klangvolle Sing- und Sprechstimme zu erhalten.
Mit gezielten und spielerischen Übungen werden die Körperfunktionen für Atmen, Singen und Sprechen verbessert, gestärkt und gekräftigt.
Ein Fortsetzungskurs zur Vertiefung ist ab 25.02.2016 geplant.
In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Deborah Barth
donnerstags, 19:30-21:00 Uhr
5 mal ab Do, 14.01.2016
Seniorenzentrum am Parksee, Konferenzraum
56,00 € (keine Ermäßigung)

Kunstgeschichte



228052LV *Vortrag*

Hunde und ihre Maler - Maler und ihre Hunde

In einem Streifzug quer durch die Kunstgeschichte begegnen wir den Hunden und ihren Malern auf sehr unterschiedliche Weise. Große Künstler wie Tizian, Goya, Marc und Picasso zeigen uns, wie sie ihr Lieblingstier gesehen haben. Oft sind es regelrechte Liebeserklärungen der Maler an ihren treuen Weggefährten. Sie werden staunen, wo sich überall Hundeportraits finden und vor allem welche Bedeutungen sie haben.

Nicole Reiner M.A.
Di, 06.10.2015, 19:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
6,00 € (Abendkasse)

228152LV *Vortrag*

Spiel mit Form und Farbe

- der Expressionismus in Deutschland

Die Anfänge des Expressionismus in Deutschland sind eng mit der Gründung der „Brücke" und der Künstlergruppe des „Blauen Reiter" verbunden. Charakteristisch für diese Bewegung sind der freie Umgang mit Form und Farbe sowie die kontrastreiche und expressive Formensprache. Der Vortrag gibt einen Überblick über die Künstler wie Kirchner, Heckl, Schmidt-Rottluff, Kandinsky, Marc und Macke und zeigt den Einfluss der gesellschaftlichen und politischen Veränderungen zur Zeit der Weimarer Republik auf das Schaffen der Künstler.
Am 12.11. findet in der Staatsgalerie Stuttgart eine Führung zur Ausstellung „Poesie der Farbe" statt. Näheres unter Exkursionen, Kurs Nr. 102452LE.

Sandra Vollmann M.A.
Mo, 19.10.2015, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
6,00 € (Abendkasse)

Bitte beachten Sie auch die Veranstaltungen „Die wilden 1920er Jahre in Stuttgart" Kurs Nr. 102052LE, „Kunst und Jazz im Kunstmuseum Stuttgart" Kurs Nr. 102152LE und „Plakatkunst für Leonberg im Galerieverein" Kurs Nr. 102852LE" unter Exkursionen.

228352L

Pablo Picasso

Pablo Picasso (1881-1973) ist weltweit der wohl bekannteste Künstler. In der Kunstgeschichte wird er gerne als das Genie des 20. Jahrhunderts bezeichnet. Das Seminar stellt exemplarisch alle wichtigen Epochen und Umbrüche im Schaffen des Spaniers von 1901 bis 1973 vor: Die Blaue und Rosa Periode, der Kubismus und Neoklassizismus, seine Auseinandersetzung mit dem Grauen des Krieges, Picasso als Bildhauer und Keramiker, das Spätwerk und seine Lust am Paraphrasieren.

Cornelia Buder M.A.
donnerstags, 18:15-20:30 Uhr
4 mal ab Do, 12.11.2015
vhs, Raum 105
44,00 € (keine Ermäßigung)

Kreativität/Zeichnen/Malerei/Plastisches Arbeiten/ Kunsthandwerk/Textile Techniken/ Typberatung

Fachauskunft: Cornelia Dehn, Tel. 07152 3099-47
Verwaltung: Marion Beck, Tel. 07152 3099-61

Zeichnen/Grafik

240052L *Wochenende*
Zeichnen nach Herzenslust

Wir werden ausgiebig mit Bleistift, Kohle und Pastell experimentieren und üben, Schattierungen und Tonwerte am Stillleben zu finden und zu gestalten. Komposition, Proportion und Perspektive werden zur Sprache kommen und kreative Übungen werden die Beobachtungsgabe und Konzentration fördern. Die individuelle Arbeit erlaubt es, den eigenen Stil zu entdecken und zu entwickeln. Bitte mitbringen: Kohle verschiedener Größen, Bleistifte, Softpastell (mind. 12 Farben), Radiergummi, Knetgummi, Fixaktiv und Malgründe. Gerne bringt die Dozentin alle Materialien zum Mitbenutzen mit (ca. 12 €). Für Fragen: 0711 16122695 oder irenapov@yahoo.com.

Irena Brehmer
Sa, 10.10.2015, 15:00-19:00 Uhr
So, 11.10.2015, 09:30-13:30 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
32,00 €

240152L
Aus Weiß mach Bild: kritzeln, krakeln, zeichnen

Immer zur Hand und doch immer wieder neu verlockend: Ein leeres Blatt Papier, ein Stift - Bleistift, Buntstift, Kugelschreiber.... Mal mit kühnem Schwung, mal zögernd strichelnd, mal äußerst präzise, mal großzügig krakelnd. Wir zeichnen in diesem Kurs, was uns vor die Augen kommt und was uns im Gedächtnis hängt. Mal verlieren wir uns in Ornamenten und Mustern, mal eilen wir von Skizze zu Skizze, üben das Zeichnen und dabei das Sehen und Verstehen. Neun vergnügte Abende, ein Semester lang. Bitte mitbringen: Papier in verschiedenen Größen, Stifte.

Sabine Rempp
Di, 13.10./20.10./27.10./17.11./24.11./ 01.12.2015 sowie 19.01./26.01./ 02.02.2016
jeweils 19:30-21:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 1
53,00 €

240252L
Akt-Zeichnen: Abenteuer Körperlandschaften
für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet

Der unverstellte nackte Mensch ist durch die ganze Kunstgeschichte bis heute ein zentrales Thema künstlerischer Darstellung. Es geht ja schließlich um uns selber.
In diesem Kurs soll die zeichnerische Erfassung vor verschiedenen Modellen sowohl im Sinn von Naturstudium (auch Grundzüge der Anatomie) als auch in der zunehmenden Befreiung zum eigenen impulsiven und intuitiven Ausdruck vermittelt werden (auch mit Anregung aus der Kunstgeschichte und aktueller Kunst).
Bitte mitbringen: Papier DIN A2, Bleistifte (je nach persönlichen Vorlieben auch Kohle, Kreiden, Rötel, Tusche, Pinsel, Farben).

Klaus Mausner
donnerstags, 19:30-21:30 Uhr
8 mal ab Do, 01.10.2015
vhs-Kunstschule, Raum 3
112,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 40,00 € Modellkosten)

240352L *Wochenende*
Akt-Intensiv-Samstag: Abenteuer Mensch

Einen ganzen Tag lang haben wir die Möglichkeit, vor einem Modell verschiedene Darstellungsformen und Gestaltungsmöglichkeiten auszureizen: Mit Bleistift, Kohle, Kreide, aber auch Farben und evtl. modellieren wir in Ton. Daneben holen wir uns Anregungen aus der Kunstgeschichte und aktueller Kunst. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. (evtl. Beitrag für Modellierton: ca. 3 €, wird vom Kursleiter eingezogen).
Bitte mitbringen: Papier DIN A2, Bleistifte (je nach persönlichen Vorlieben auch Kohle, Kreiden, Rötel, Tusche, Pinsel, Farben).

Klaus Mausner
Sa, 17.10.2015, 10:00-17:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 3
47,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 14,00 € Modellkosten)

240452L
Portrait-Zeichnen: Abenteuer Gesicht
für Neueinsteiger/innen und Fortgeschrittene

Das Menschengesicht bleibt aufregend und spannend: Vom eigenen Spiegelbild bis zur Auseinandersetzung mit „der/dem Anderen".
Deshalb fasziniert die Portraitdarstellung schon immer die Kunst - seit den alten Ägyptern... es ist Selbstreflexion mit bildnerischen Mitteln. Dieser Kurs will Zugänge zur Darstellung schaffen, Hinweise zur Anatomie und Anregungen für die gestalterische Bewältigung geben, vom tieferen Wahrnehmen der Naturform bis zum spontanen und intuitiven Herangehen.
Bitte mitbringen: Zeichenpapier DIN A3, Bleistifte (je nach persönlichen Vorlieben auch Kohle, Kreide, Rötel, Tusche/Pinsel, Farben...).

Klaus Mausner
donnerstags, 19:30-21:30 Uhr
8 mal ab Do, 03.12.2015
vhs-Kunstschule, Raum 3
94,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 22,00 € Modell-/Materialkosten)

240552L *Wochenende*
Hand-Zeichnen: Die Hand als Ausdrucksträger
für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Hände sind neben dem Gesicht das Aussagekräftigste über einen Menschen! Feingliedrig oder grob, zupackend oder sensibel, - sagen sie viel über eine Person. Deshalb war auf alten Portraits immer auch mindestens eine Hand zu sehen. Wir wollen uns an einem Nachmittag über den anatomischen Aufbau einer Hand und dann mit verschiedenen Darstellungsmöglichkeiten befassen.
Bitte mitbringen: Zeichenpapier DIN A3, Bleistifte (je nach persönlichen Vorlieben auch Kohle, Kreide, Rötel, Tusche/Pinsel, Farben...).

Klaus Mausner
Sa, 30.01.2016, 13:00-17:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 3
20,00 € (keine Ermäßigung)

Bitte beachten Sie auch unseren Kurs „English and Arts" Nr. 500752L auf Seite 44.

Malerei/Mischtechniken

240652L *Wochenende*
Malen am Wochenende

Sie arbeiten gerne selbständig, wünschen sich trotzdem Impulse, fachkundige Unterstützung, Tipps, weiterführende Anregungen und ein Feedback zu Ihren Arbeiten? Einmal im Monat trifft sich seit Jahren eine Malgruppe. Hier besteht die Möglichkeit, sich intensiver mit Aquarell, japanischer Tuschemalerei oder Acrylmalerei auseinander zu setzen. Angeboten werden folgende Themen: Portrait, Blüten, Landschaft sowie freies Malen nach Texten. Es ist möglich, gegenständlich oder abstrakt zu arbeiten. Es sind Anfänger sowie Fortgeschrittene willkommen. Es wird auf jeden individuell eingegangen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Beispiele aus der Kunstgeschichte und Kunsttheorie werden miteinbezogen.
In der ersten Stunde werden das Material und die Themen besprochen. Vorhandenes Malmaterial bitte mitbringen (entweder Aquarellfarben oder Acrylfarben oder Kohle und Bleistift zum Zeichnen).

Holde Wössner
Sa, 17.10./ 28.11./05.12.2015 sowie 23.01./20.02.2016
jeweils 14:00-18:00 Uhr
vhs, Raum 110
79,00 €

240752L *Wochenende*
Spachteltechniken mit Acrylfarben

In diesem Workshop werden Acrylfarben mit dem Spachtel aufgetragen. Durch die Nass-in-Nasstechnik oder arbeiten Schicht-auf-Schicht entstehen Spuren und Strukturen. Aus diesen entwickeln Sie Bildideen, entweder abstrakt oder figurativ. Der Workshop eignet sich für Einsteiger und Fortgeschrittene.
Bitte mitbringen: Grundfarben Acryl (rot, gelb, blau, schwarz, weiß), Spachtel (Baumarkt) oder alte Scheckkarte, Mallappen, Papp- oder Porzellanteller als Palette, weiße Malpappen oder Keilrahmen beliebiger Größe.

Annette Rappold
Fr, 23.10.2015, 18:00-21:00 Uhr
Sa, 24.10.2015, 10:00-17:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 1
46,00 € (keine Ermäßigung)

240852L *Wochenende*
Spaß mit Acryl
Wir werden die Vielfalt der Acrylfarben entdecken. Hier arbeiten wir mit Pinsel, Rolle, Spachtel, Sand und Acrylpaste. Textur, Volumen, Farbmischungen und Ausdruck stehen im Vordergrund. Kreative Übungen und individuelles Arbeiten wechseln sich ab. Materialliste; Acrylfarben gelb, rot und blau in jeweils 2 Ausführungen (warm und kalt) sowie schwarz und weiß (z.B. Amsterdam Gelb 268 und 275,Rot 318 und 315, Blau 504 und 572 sowie Schwarz 702 und Weiß 105). Pinsel verschiedener Größen, Palette und Malgründe: Acrylblätter oder Malkarton bzw. Leinwände (mind. A3). Gebühr für weiteres Material 5 €. Für Fragen: 0711 16122695 oder irenapov@ yahoo.com.

Irena Brehmer
Sa, 07.11.2015, 15:00-19:00 Uhr
So, 08.11.2015, 09:30-13:30 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
32,00 €

240952L
Farbenspiel mit Aquarell und Acryl - Mischtechnik -
Im Mittelpunkt stehen konkrete Motive (Stillleben und Landschaften). Die reale Anschauung des Objekts und die Wiedergabe aus der Erinnerung sollen die Grundlage einer weiterführenden Darstellung eigenständiger Ideen und emotionaler Inhalte sein - und zur Ausführung einer eigenen abstrakten Bildsprache führen.
Bitte mitbringen: Aquarellblock (mind. A3), Farben, Tusche, Kohle, Porzellan-Teller (Palette), Spachtel, Kreide, Ölkreide, Wasserfarbpinsel Nr. 4 und 12.

Ran-Sou Shin von der Heyden
mittwochs, 18:30-21:30 Uhr
5 mal ab Mi, 11.11.2015
vhs, Raum 110
58,00 €

241052L
Blau machen!
Blau, die magische Farbe, zieht uns immer wieder in ihrem Bann. Blau ist die Farbe, bei der wir ins Träumen kommen. Das warme Ultramarinblau, das geheimnisvolle Dunkelblau und das leuchtende Türkisblau erinnern uns an den Himmel, an die Tiefe des Meeres oder an Bilder berühmter Maler wie Chagall oder Picasso in seiner blauen Periode.
„Machen Sie blau" und lassen Sie es sich gut gehen: Beim freien Experimentieren mit Blautönen entstehen wunderbare Bilder. Genießen Sie den Entstehungsprozess und freuen Sie sich über das Ergebnis.
Bitte mitbringen: Blaue Acrylfarben, weiße und schwarze Acrylfarbe, Borstenpinsel verschiedener Größen, Künstlerspachtel, Küchenkrepp, große und kleine Leinwände (falls vorhanden, ansonsten können sie im Kurs erworben werden).

Brigitte Guggenbiller M.A.
mittwochs, 19:00-21:30 Uhr
3 mal ab Mi, 11.11.2015
vhs-Kunstschule, Raum 2
29,00 €

241152L *Wochenende*
Ölfarben - traditionell und überraschend
Öl, die klassische Malfarbe - und doch von Vorurteilen belastet. In Wahrheit ist kein anderes Malmaterial so geschmeidig und fehlerfreundlich wie Öl - und dabei so brillant und ausdruckskräftig. Lassen Sie sich überraschen von den grenzenlosen Möglichkeiten der Ölfarben. In diesem Kurs lernen Anfänger Basistechniken und das Grundlagenwissen über Öl; Fortgeschrittene sind herzlich eingeladen, ihre eigenen Projekte mitzubringen und begleitet weiter zu entwickeln.
Materialliste; Ölfarben gelb, rot und blau in jeweils 2 Ausführungen (warm und kalt) sowie schwarz und weiß. Pinsel (Acrylpinsel sind geeignet), Terpentin (Beispiel: Guardi), Leinöl oder Trockner (Guardi), Gläser für Terpentin und Leinöl - klein, Mallappen, Palette (Acrylpaletten sind geeignet), Ölblätter oder Malkarton bzw. Leinwände (mind. A3). Für Fragen: 0711 16122695 oder irenapov@yahoo.com.

Irena Brehmer
Sa, 28.11.2015, 15:00-19:00 Uhr
So, 29.11.2015, 09:30-13:30 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
32,00 €

241252L *Wochenende*
Acrylmalerei
Sie erhalten einen Einstieg in die Acrylmalerei, einer Technik so beliebt und vielfältig wie keine andere. Die Leuchtkraft und die einfache Verarbeitung der Farben verbunden mit hilfreichen Tipps zu Technik und Komposition lässt Sie schon mit wenig Übung ausdrucksstarke Bilder erstellen. Teilnehmer mit Vorkenntnissen können individuell gefördert werden.
Bitte mitbringen: Malerkittel, Lumpen, flache Teller o.ä. als Palette, kleines Pinselsortiment, Malgründe (Papierblock für Acryl-/Ölmalerei oder Aquarellpapier oder kleine Leinwände, beliebiges Format). Eigene Farben können gern mitgebracht oder meine im Kurs gegen eine kleine Gebühr benutzt werden. Bei Fragen gern Kontakt unter susablei@web.de.

Susanne Blei
Fr, 22.01.2016, 18:30-21:30 Uhr
Sa, 23.01.2016, 10:00-17:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
46,00 € (keine Ermäßigung)

241352L *Wochenende*
Linol-, Holz- und Materialdruck
Holz- und Linolschnitt, Pappen, Hölzer, Pflanzenteile und gesammelte Gegenstände können als Druckstock verwendet werden. Dabei kann man seine Druckstöcke auch gegenseitig austauschen. Gedruckt wird auf farbigen und weißen Papieren, alten Kalenderblättern, eigenen Fotos und Bildern aus Zeitschriften. Alles Material (Druckfarbe, Walzen, Linol und Holzplatten) wird gestellt und kann im Kurs erworben werden. Je nach Verbrauch 5-10 €. Bitte Brettchen oder Fliesen zum Verteilen der Druckfarbe mitbringen.

Karin Viniol-König
Fr, 29.01.2016, 09:30-12:30 Uhr
Sa, 30.01.2016, 10:00-17:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
46,00 € (keine Ermäßigung)

Modellieren/Skulptur/ Plastische Gestaltung



Keramikwerkstatt - Modellieren mit Ton
für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene
Sie bekommen hier die Möglichkeit, sich in verschiedenen Techniken und Tonarten zu erproben. Je nach Neigung können freie Formen oder Gebrauchsgegenstände entstehen, die Sie selbst bemalen oder glasieren. Ausführliche Anleitung, anregendes Bildmaterial und Ideen für pfiffige Deko in Haus und Garten setzen Impulse für Ihre eigene Kreativität. Bei weiteren Fragen setzen Sie sich bitte mit der Kursleiterin in Verbindung: Tel. 0711 853626.
Kosten: 22 €/10 kg Ton inkl. Brennen und Glasur.
Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, Modellierwerkzeug (falls vorhanden).

241452L *vormittags*
Isabella Lutz
montags, 10:00-12:30 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
Werkraum Warmbronn
145,00 €

241552L
Isabella Lutz
mittwochs, 19:30-22:00 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Werkraum Warmbronn
145,00 €



241652L *Wochenende*
Aktmodellieren
Anfänger und Fortgeschrittene
Das Studium des menschlichen Körpers ist wohl eine der spannendsten Herausforderungen in der Bildhauerei. In diesem Kurs modellieren Sie eine liegende oder sitzende Figur nach dem lebenden Modell: Sie kann bis zu halber Lebensgröße (ca. 60 cm mit angezogenen Beinen) vollplastisch gearbeitet und zum Schluss ausgehöhlt werden.
Der Kurs vermittelt anatomische Grundsätze sowie verschiedene Möglichkeiten in Voll- und Hohlaufbau. Eine kurze Schnellskizze verschärft den Blick für das Wesentliche. Auf Wunsch werden die Figuren nach einer ca. 4-wöchigen Trocknungszeit gebrannt.
Die Kosten für das Modell von 20 €/Stunde werden unter den Teilnehmern aufgeteilt und direkt im Kurs abgerechnet (Zeit mit Modell ca. 10 Stunden).
Bitte mitbringen, falls vorhanden: kleines Küchenmesser, Tonschlinge und Modellierhölzer (Bastelgeschäft). Grobschamottierter Ton (mind. 40% Schamotte, ab 1mm Korngröße), kann im Kurs erworben werden. Für eine halblebensgroße Figur braucht man ca. 10-20 kg (10 kg Ton kosten 9 €).

Sibylle Nestrasil
Fr, 02.10.2015, 18:00-21:30 Uhr
Sa, 03.10.2015, 10:00-17:00 Uhr
So, 04.10.2015, 10:00-13:00 Uhr
Mi, 28.10.2015, 19:00-20:30 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
87,00 € (keine Ermäßigung)

241752L *Wochenende*
Holzbildhauen
Nach einer Einführung in Material und Technik der Holzbildhauerei kann mit handwerklicher und künstlerischer Unterstützung nach eigenen Vorstellungen gearbeitet werden. Inspiriert durch die lebendige Maserung des Holzes können reliefartige Werke oder ganze Skulpturen entstehen. Für die Teilnahme sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Material (Stammholz / Balken) bis 80 cm Länge kann selbst mitgebracht werden oder direkt beim Dozenten

erworben werden (ca. 5 €). Werkzeug ist vorhanden.

Ernst Fischer
Sa, 14.11.2015, 09:00-18:00 Uhr
So, 15.11.2015, 10:00-16:30 Uhr
Grund- u. Hauptschule Höfingen, Werkraum
69,00 € (keine Ermäßigung)



241852L
Beton-Guss: Torso
für Anfänger und Fortgeschrittene

Betonguss ist eine interessante Alternative zum Bronzeguss und widerstandsfähiger gegen Witterungseinflüsse als ein Gipsabguss. In diesem Kurs werden die verschiedenen Arbeitsschritte der Abformtechnik sichtbar: Zuerst das Modellieren eines bis zu 50 cm hohen Tonmodells, welches im zweiten Abschnitt mit Hilfe einer mehrteiligen Gipsschale abgeformt wird. Diese negativ-Form wird dann nach Herauslösen des Tonmodells mit dickflüssigem Beton gefüllt. Eine Woche später kann das Positiv aus der Gipsschale befreit und auf Wunsch noch patiniert werden.
Im Kurs werden anatomische Grundsätze menschlicher Gestalt und deren Abstraktionen vorgestellt, sowie verschiedene Abformmöglichkeiten wie zwei- bis mehrteilige Form, verlorene Form, Vollguss und Hohlguss. Nach Absprache können auch gerne alternative Themen zum Torso bearbeitet werden (bitte Mail an Scultura@gmx.de).
Die Kosten für Ton und Beton werden nach Verbrauch (ca. 10-20 €) im Kurs abgerechnet.
Bitte mitbringen, falls vorhanden: kleines Küchenmesser, Gummihandschuhe, Arbeitsschürze, Fön, Modellierhölzer (ggf. auch in der vhs-Kunstschule vorhanden).

Sibylle Nestrasil
mittwochs, 18:00-21:30 Uhr
4 mal ab Mi, 13.01.2016
vhs-Kunstschule, Raum 2
100,00 € (keine Ermäßigung)

Kunsthandwerk/ Schmuckgestaltung/ Goldschmieden

241952L
vormittags
Ikebana - die japanische Blumenkunst
für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

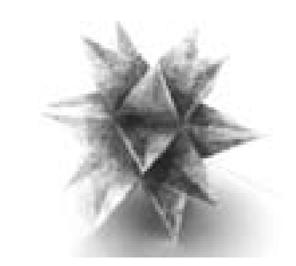
Der Herbst mit seinen leuchtenden Farben ist eine besonders schöne Zeit, um mit Ikebana zu beginnen. Die Schönheit der Natur, z.B. eines einzelnen Zweiges mit wenigen Blüten, wird ausdrucksvoll und ästhetisch zur Geltung gebracht - eine Bereicherung für jeden Wohnraum! Entdecken Sie vielfältige und ganz persönliche Ausdrucksmöglichkeiten. Sie lernen zunächst die Grundformen der Stuttgarter-Ikebana-Schule kennen, darauf aufbauend folgt später die freie Gestaltung.
Bitte mitbringen: Blumenschere, flache Schale (25-30 cm Durchmesser) und falls vorhanden: Steckigel.
Anfänger/innen: Blumenigel, Zweige und Blumen für den ersten Kurstermin werden von der Kursleiterin besorgt und verrechnet.
Fortgeschrittene bringen eigenes Material mit.

Hannelore Märtner
freitags, 09:30-11:00 Uhr
6 mal ab Fr, 16.10.2015
vhs-Kunstschule, Raum 2
35,00 €

242052L
Wochenende
Die Kunst des rechten Schliffs
professionell Messer schärfen
Mindestalter: 18 Jahre

Ob Koch-, Küchen- oder Sammlermesser, erlernen Sie unter praktischer und theoretisch fundierter Anleitung, wie Sie unter Verwendung eines klassischen Schleifsteins eine rasiermesserscharfe Schneide erzeugen. Die optimierte Schleiftechnik versetzt Sie in die Lage, jederzeit im Handumdrehen ein nicht nur technisch, sondern auch optisch professionelles Ergebnis zu reproduzieren. Die benötigten Schleifsteine und Utensilien werden im Kurs gestellt. Mitzubringen sind 3 oder mehr Messer (kein Wellen- oder Zackenschliff). Es können im Kurs eigene Schleifsteine verwendet werden. Aus Gründen der Sicherheit sind eine lange Hose und geschlossene Schuhe aus Leder zu tragen. Es besteht die Möglichkeit das Schulungsmaterial (Handlungsanleitung 8 €; Schleifsteine und Zubehör) im Kurs zu erwerben.

Andreas Henz
Sa, 24.10.2015, 10:00-14:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
20,00 € (keine Ermäßigung)



242152L
Designer-Lampen, gefertigt mit Origami-Verbindungstechnik

Gemeinsam falten wir aus speziellen Lampenpapieren wunderschöne, sternförmige Leuchtkörper, den sogenannten „Bascetta"-Stern. Dieser wird mit einer Lichterkette gefüllt oder je nach Wunsch so gefertigt, dass die einzelnen Lämpchen direkt aus den Falzen herausstrahlen.
Diese neuen Stern-Falz-Kreationen gibt es in verschiedenen Größen und Farben, sie dienen auch als Tisch- oder Festbeleuchtung oder einfach nur als Stimmungslampe. Sie werden begeistert sein von diesem warmen Licht und dem festlichen, farbenfrohen Strahlen dieser Sternlampen.
Materialkosten: ca. 6-8 €, werden im Kurs eingesammelt.

Marion Poth
montags, 19:00-21:15 Uhr
2 mal ab Mo, 09.11.2015
vhs-Kunstschule, Raum 2
20,00 € (keine Ermäßigung)

242252L
Neue Technik: Silberclay!
Silberschmuck leicht gemacht

In diesem Kurs können Sie sich kreativ voll entfalten und Schmuckstücke aus einer Silberclay-Modelliermasse (vergleichbar mit Ton) formen, die dann gebrannt werden. So können Sie einfach und schnell Unikate fertigen, ohne feilen, löten oder sägen zu müssen (nur Nachbearbeitung mit maschinellem Polierwerkzeug). Das fertige Schmuckstück besteht aus 99,9% Feinsilber, Steine können nach Belieben eingearbeitet werden. Idealer Kurs für Einsteiger. Der Dozent stellt das Material und die Steine, dies wird nach Verbrauch abgerechnet. Einfaches Schmuckstück: ca. 30 €. Die Abnutzung der Geräte und Werkzeuge: 8 € (wird im Kurs abgerechnet).

Jonas Herrmann
Do, 12.11.2015, 17:30-22:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 1
27,00 € (keine Ermäßigung)

242352L
Wochenende
Farbige Glasperlen drehen, modisch gestalten

Vermittelt werden Grundkenntnisse der manuellen Herstellung von farbigen Glasperlen und deren erste Verzierungen. Sie stellen die leuchtend-farbigen Glasstäbe, aus denen die Perlen geschmolzen werden, nach eigenem Geschmack zusammen. Mittels einer speziellen Glasflamme können Sie Größe, Form und Farbgebung Ihrer Perlen selbst gestalten, jede Einzelne Ihres künftigen Modeschmucks ist somit ein kostbares, handwerkliches Unikat. Kosten Material: 12 €, wird im Kurs abgerechnet.

Jose Gomez
Sa, 28.11.2015, 14:00-18:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 1
27,00 € (keine Ermäßigung)



242452L
Wochenende
Glas-Mosaik für Erwachsene und Kinder: Wandbild
Gemeinsam kreativ sein!

Durch die Möglichkeit, Glasteile selbst zuzuschneiden, können große und kleine Mosaikteile ideal zusammengestellt werden und erlauben neue kreative Ideen. Die Freude am Gestalten wird noch verstärkt durch die große Farbauswahl und die verschiedenen Glasstrukturen. Selbstverständlich mit fachgerechter Unterstützung. Materialkosten je nach Verbrauch (ca. 18 €) werden im Kurs abgerechnet.

Jose Gomez
Sa, 12.12.2015, 09:30-12:30 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 1
17,00 € (keine Ermäßigung)

242552L
Wochenende
Einfall statt Abfall - Objektkästchen

Wenn aus Abfall Kunst wird, wird es spannend. Gegenstände, die wir nicht brauchen aber dennoch nicht wegwerfen wollen, oder denen wir keine oder kaum Beachtung schenken, bekommen in einem Objektkästchen eine ganz besondere Bedeutung. Restmaterialien bekommen ein kreatives

Zweitleben - und Sie nehmen aus dem Kurs ihre ganz individuelle Geschichte mit nach Hause. Lassen Sie sich überraschen....
Bitte mitbringen (falls vorhanden): kleine Gegenstände, die Ihnen zum Wegwerfen zu schade sind. Die Kursleiterin bringt einen großen Fundus an interessanten Gegenständen mit, aus dem Sie sich bedienen können. Objektkästchen können im Kurs erworben werden (pro Kästchen 5 €).

Brigitte Guggenbiller M.A.
Sa, 16.01.2016, 14:00-17:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
15,00 € (keine Ermäßigung)

242652L *nachmittags*
Schreinerkurs für Frauen
Tablett mit ausklappbaren Beinen
Aus Massivholz wird mit Hilfe einfacher Elektrowerkzeuge das entsprechende Werkstück hergestellt. Der Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse im Umgang mit der Stichsäge, Bohrmaschine und Akkuschrauber, typische Arbeitsgänge, wie exaktes Zuschneiden, Dübeln und Verschrauben, fachgerechtes Schleifen und Tipps zur Oberflächenbehandlung. Alle Arbeitsschritte werden ausführlich erklärt, es sind keine Grundkenntnisse nötig! Werkzeug und Maschinen werden zur Verfügung gestellt. Sie lernen, die entsprechenden Maschinen fachgerecht zu handhaben und nehmen am Ende des Kurses Ihr Werkstück fertig montiert mit nach Hause. Materialkosten: 29 € wird im Kurs eingesammelt.

Elisabeth Vandea
Fr, 19.02.2016, 14:30-21:00 Uhr
G.-Hauptmann-Realschule, Werkraum 1
54,00 € (keine Ermäßigung)

242752L *Wochenende*
Goldschmieden - freie Schmuckgestaltung
Thema Ring
In diesem Kurs haben Schmuckliebhaber die Möglichkeit, ihre Ideen in Schmuck umzusetzen. Nach einer intensiven Entwurfs- und Gestaltungsphase geht es zur praktischen Umsetzung. Mit den typischen Goldschmiedewerkzeugen wie Feile, Säge und Zange werden am ersten Abend aus einem speziellen Kunststoff die Modelle gefertigt. Die gegossenen Stücke werden an den folgenden Kursabenden bis zum Finish weiterbearbeitet. Die Materialien werden zur Verfügung gestellt und im Kurs abgerechnet (Massiver Silberring ab 40 €). Einmalig fallen Gusskosten in Höhe von 35 € an.

Andreas Reinschlüssel
Sa, 24.10./07.11.2015
jeweils 10:00-13:30 Uhr
Reinschlüssel Atelier für Schmuck Stuttgart-West
58,00 € (keine Ermäßigung)

242852L *Wochenende*
Goldschmieden - Schnupperkurs
In diesem Kurs bekommen Sie eine kurze Einführung in die Werkzeuge und Arbeitstechniken des Goldschmieds. Anschließend wird durch Sägen, Löten, Feilen und Polieren ein schlichter, aber schicker Ring in Sterlingsilber hergestellt, der am Ende des Kurses mitgenommen werden kann. Materialkosten von 30 - 40 € werden am Ende des Kurses erhoben.

Andreas Reinschlüssel
Sa, 19.12.2015, 10:00-13:30 Uhr
Reinschlüssel Atelier für Schmuck Stuttgart-West
39,00 € (keine Ermäßigung)



242952L
Eheringe selbst gefertigt - selbst geschmiedet
Der Mann fertigt den Ring der Frau und umgekehrt. Aus einem speziellen Kunstwachs werden am ersten Kurstag entsprechend der Entwürfe die Ringmodelle hergestellt. Die dann von uns gegossenen Ringe werden am zweiten Kurstag vom Kursteilnehmer fertig gestellt. Es ist auch möglich, mehrfarbige Ringe, Stücke mit Einlegearbeiten oder Steinen u.v.m., herzustellen. Die Gusskosten betragen 35 € pro Stück, Kosten für einen massiven Silberring ab 40 €. Die Materialien werden vom Kursleiter zur Verfügung gestellt und am Ende des Kurses abgerechnet. Die Teilnahme an diesem Kurs ist **nur paarweise** möglich. Bitte geben Sie bei der Anmeldung **nur einen Namen** an. Sollten Sie Fragen oder ausgefallene Wünsche haben, rufen Sie vorab den Kursleiter an: Tel.: 0711 6366860.

Andreas Reinschlüssel
Do, 19./26.11.2015
jeweils 18:00-21:30 Uhr
Reinschlüssel Atelier für Schmuck Stuttgart-West
98,00 € (pro Paar; keine Ermäßigung)

Textile Techniken



248052L
Grundkurs 1x1 des Nähens
Dieser Kurs richtet sich an Nähanfänger/-innen ohne Vorkenntnisse und solche, die es schon mal probiert haben, wobei aber Lust und Motivation verloren gingen. Wir helfen Ihnen den Durchblick zu bekommen, um flinker, perfekter und weniger umständlich vorzugehen. Gemeinsam wollen wir uns mit Maschine, Material, einfachen Nähtechniken, Schnitt und Zuschnitt vertraut machen. Sie werden in einer kleinen Gruppe mit maximal 7 Teilnehmern von einer erfahrenen Schneidermeisterin individuell betreut.
Bitte mitbringen: Schere, Maßband, Steck- und Nähnadeln, Faden und, wenn Sie möchten, Ihre Nähmaschine.

Elke Zahn
mittwochs, 19:00-21:30 Uhr
5 mal ab Mi, 30.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Handarbeitsraum
72,00 € (keine Ermäßigung)

248152L
Selbst genäht - wie es mir gefällt!
für Anfänger/-innen mit (geringen) Vorkenntnissen
Nähen Sie Ihr individuelles Kleidungsstück, eine einzigartige Tasche oder ein passendes Wohnaccessoire. In diesem Kurs können Sie Ihre erworbenen Fähigkeiten nach eigener Wahl umsetzen. Sie werden in einer kleinen Gruppe mit maximal 7 Teilnehmern von einer erfahrenen Schneidermeisterin individuell betreut.
Bitte mitbringen: Schere, Maßband, Nähutensilien, Stoff, einfaches Schnittmuster, und, wenn Sie möchten, Ihre Nähmaschine.

Elke Zahn
mittwochs, 19:00-21:30 Uhr
5 mal ab Mi, 11.11.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Handarbeitsraum
72,00 € (keine Ermäßigung)

248452L *vormittags*
Nähen für Anfänger/-innen und Wiedereinsteiger/-innen
Lassen Sie sich ein auf das große 1x1 des Schneiderhandwerks. Schritt für Schritt lernen Sie vom Leichten bis zum Schwierigen aufbauend Accessoires, Kinderbekleidung, Kleidungsstücke und vieles mehr anzufertigen. Zum Schluss werden Sie überrascht sein von Ihrem Können.
Bitte mitbringen: Gute Scheren (kleine Schere, große Stoffschere), Näh- und Stecknadeln, Heftfaden, Nähseide, Schneiderkreide, Maßband, Fingerhut, Lineal, Schnittmuster und Schnittpapier (falls vorhanden), Stoffe (vorgewaschen), Schreibzeug. Nähmaschinen sind vorhanden, es können jedoch auch eigene Maschinen mitgebracht werden. In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Elke Reinhardt
donnerstags, 09:00-12:00 Uhr
6 mal ab Do, 24.09.2015
Haus der Begegnung
72,00 € (keine Ermäßigung)

248752L *Wochenende*
Schal und Mütze
Der Winter kann kommen!
Diese Accessoires für die ersten kühlen Tage sind auch für Strickanfänger/-innen kein Problem!
Bitte mitbringen: für die Mütze 100-150 g Wolle, abhängig von der Wollstärke, für den Schal, je nach Länge mindestens 200 g Wolle, Stricknadeln passend zur Wolle. Material kann auch im Kurs erworben werden.

Beate Schoof
Fr, 09.10./23.10.2015
jeweils 19:30-21:30 Uhr
vhs, Raum 105
23,00 € (keine Ermäßigung)



248852L
Socken-Vielfalt
Ob mit Muster oder Farbverlauf, ob mit normalem Käppchen oder Bumerangferse: Das Prinzip der Socke bleibt immer gleich.
Bitte mitbringen: Grundkenntnisse im Stricken (Anschlag, rechte und linke Maschen), 100 g Sockenwolle und passendes Nadelspiel. Material kann auch im Kurs erworben werden.

Beate Schoof
Di, 20.10./10.11.2015
jeweils 19:30-21:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
23,00 € (keine Ermäßigung)

Textile Techniken/Typberatung

248952L *Wochenende*
Tunesisch Häkeln
Alte Technik - neu entdeckt
Tunesische Häkelei wird mit speziellen Nadeln gefertigt und ergibt ein festes Maschenbild: ideal für (Handy-)Täschchen, Mützen, Schals und andere Accessoires.
An diesem Abend erlernen Sie die einfache Technik. Bitte Wollreste mitbringen. Nadeln sind im Kurs erhältlich.

Beate Schoof
Fr, 20.11.2015, 19:30-21:30 Uhr
vhs, Raum 105
12,00 € (keine Ermäßigung)

Typberatung

249052L
Mich selbst erfolgreich präsentieren - mit Stil zum Ziel
Ob wir wollen oder nicht, wir wirken immer! Aber wirken wir immer so wie wir wollen? Entspricht unsere Außenwirkung unseren (beruflichen) Zielen? Ein gelungener erster Eindruck vermittelt Kompetenz und Vertrauen - auf den ersten Blick haben Ausstrahlung, Körpersprache, Kleidung und Umgangsformen mehr Aussagekraft als das gesprochene Wort.
Sie erfahren in diesem Seminar, welche Rolle der erste Eindruck spielt, wie Sie Ihr Auftreten optimieren und erhalten praktische Tipps für einen erfolgreichen und überzeugenden Auftritt.

Esther Priesching
Mo, 01.02.2016, 19:15-21:45 Uhr
vhs, Konferenzraum
16,00 € (keine Ermäßigung)

249152L *Wochenende*
Gut aussehen in den richtigen Farben
Individuelle Farbanalyse für Frauen
Jeder Mensch hat von Natur aus einen individuellen Hautunterton. Die Farbanalyse zeigt Ihnen genau die Farben, die optimal zu Ihrem Hauttyp, sowie zu Ihrer Haar- und Augenfarbe passen: Damit Sie attraktiver, frischer und dynamischer aussehen! Nach einer kurzen Einführung in das Thema erarbeiten wir in diesem Seminar Ihre persönlichen Farben und Farbharmonie. Ihr individueller Farbpass kann im Kurs erworben werden. Mit Blick auf Ihre Figur erhalten Sie zusätzlich 2-3 konkrete Tipps für die praktische Umsetzung.
Die Teilnehmerzahl ist stark begrenzt. Bitte einen halsfernen Ausschnitt tragen und ungeschminkt kommen. Bringen Sie 1-2 Lieblingskleidungsstücke mit und 1-2 Kleidungsstücke mit denen Sie nicht zurechtkommen.

Esther Priesching
Sa, 05.12.2015, 09:30-14:30 Uhr
(die Dauer ist abhängig von der Teilnehmerzahl)
vhs, Raum 105
58,00 € (keine Ermäßigung)

249352L *Wochenende*
Make up für jeden Tag
für Frauen
Ein Tages Make up mit der richtigen Farbauswahl macht Ihre Ausstrahlung perfekt! Im Kurs lernen Sie Schritt für Schritt Ihr persönliches Tages Make up zu zaubern. Dabei haben Sie die Möglichkeit verschiedene Make up Anwendungen zu testen. Nebenbei erfahren Sie Wissenswertes über Schminkutensilien, Mineral Make up und Nude Make up.
Kommen Sie bitte ungeschminkt. Materialkosten von 8 € werden im Kurs abgerechnet.
Bitte mitbringen: einen Schminkspiegel (falls vorhanden), Haarreif und etwas zum Trinken.

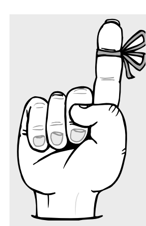
Ewa Badocha
Sa, 10.10.2015, 10:00-13:15 Uhr
vhs, Raum 105
26,00 € (keine Ermäßigung)

249552L
Naturkosmetik selbst gemacht
mit ausgewählten Düften und natürlichen Zutaten
Sie kreieren Ihre eigene Pflegecreme, ein Shampoo und einen Lippenbalsam. Kakao- und Shea-Butter in Kombination mit Zitronen- oder Lavendelduft lassen Ihre natürliche Schönheit erstrahlen. Ihre selbst gemachten Pflegeprodukte können Sie mit nach Hause nehmen oder Sie erfreuen eine Freundin mit einem individuellen und besonderen Geschenk. In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Sigrid Wendel
Di, 27.10.2015, 19:00-22:00 Uhr
Haus der Begegnung
21,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 10,00 € Materialkosten)

Essen und Trinken

Fachauskunft: Irmela Gleißner-Hüter, Tel. 07152 3099-42
Verwaltung: N.N., Tel. 07152 3099-30



*** Wichtige Hinweise für alle Koch- und Backkurse**
Zusammen mit dem Kurspreis wird ein **Abschlag auf die Lebensmittelkosten** abgebucht, der neben dem Kurspreis ausgewiesen ist. Auf diesen Abschlag gibt es **keine Ermäßigung!**
Die genaue Abrechnung erfolgt im Kurs. Wenn Sie von einem Kurs zurücktreten, müssen Sie sich fristgerecht (7 bzw. 10 Tage vor Kursbeginn) bei der vhs-Geschäftsstelle abmelden, andernfalls werden der Kurspreis **und** die ausgewiesenen Lebensmittelkosten von Ihrem Konto abgebucht.
Bitte bringen Sie zu allen Kursen folgendes mit: **Hand und Geschirrtuch,** Schürze, Topflappen und Behälter für Kostproben, **Mineralwasser.**
Da die Volkshochschule **nur Gast in den Schulküchen** ist, bitten wir Sie, die Räume sauber und aufgeräumt zu hinterlassen.



260152L *Neue Rezepte*
Kochkurs für Männer
Sie wollen endlich kochen lernen und zwar von Grund auf? Sie wollen in einer Gruppe von Gleichgesinnten kochen, die auch noch nicht hinter das „Geheimnis" guter Küche gekommen sind? Sie wollen nicht alles bis aufs letzte i-Tüpfelchen richtig machen müssen, aber es soll gut schmecken? Dann sind Sie hier richtig! Wir beschäftigen uns mit den Nahrungsmitteln, die wir verarbeiten, lernen gezielt die Kochtechniken, die uns das Küchenleben leichter machen und lassen uns zum Schluss das Selbstgekochte in gemütlicher Runde schmecken. Guten Appetit!

Elisabeth Maier
dienstags, 18:00-21:30 Uhr
3 mal ab Di, 10.11.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Küche
77,00 € (inkl. 33,00 € Lebensmittelkosten*)



260252L
Kochtreff am Dienstag
für Männer, Frauen, Paare, Freunde, Anfänger, Fortgeschrittene...
Wollen Sie miteinander ein Menü aus Zutaten der Saison zubereiten und anschließend gemeinsam genießen? Dazu treffen wir uns einmal im Monat. Damit alles gelingt, gibt es Wissenswertes und Kniffe rund um unser Monats-Menü. Zum Essen darf gerne eine passende Flasche Wein mitgebracht werden. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte Leonberg.

Martina Spalt-Kuhlmann
Di, 06.10./10.11./15.12.2015 und 19.01.2016
jeweils 18:30-21:30 Uhr
Haus der Begegnung, Küche
119,00 € (keine Ermäßigung, inkl. 40,00 € Lebensmittelkosten*)

260352L
Aber bitte mit Soße!
Grundlagen des Kochens
Die Töpfe werden mit dem restlichen Weißbrot ausgetunkt, auf der Tischdecke sind schon Flecken - so soll eine gehaltvolle Soße schmecken! Die Zubereitung von Soßen ist nicht schwierig, es sind keine besonderen Fertigkeiten oder ausgefallene Geräte notwendig. Alles was man dazu braucht, sind ein paar Handwerkskenntnisse und ein wenig Fingerspitzengefühl. Zusammen bereiten wir entspannt mehrere Grundsoßen zu, probieren und verfeinern und lassen es uns zum Schluss schmecken.

Michael Moser
Mo, 16.11.2015, 18:00-21:45 Uhr
Schellingschule, Küche
30,00 € (inkl. 14,00 € Lebensmittelkosten*)





260452L
SWR1 Pfännle: Heimatküche - schwäbische Küche einmal anders
Wenn's am Ende wie bei der Oma schmeckt, haben wir es richtig gekocht. Deshalb verzichten wir auf Sesam, Sojasoße & Ingwer und kochen saisonal, regional…wie daheim, einfach und gut. Es gibt alte Rezepte neu interpretiert und mit heimischen Zutaten frisch gekocht. Das SWR1 Pfännle Motto „So gut isst Baden-Württemberg" wird durch die Kooperationen mit den Volkshochschulen im Land nun noch mehr Freunde finden, in dem in den speziellen SWR1 Pfännle-Kochkursen gezeigt wird, wie vielfältig und spannend die regionale Küche ist und spielend leicht im heimischen Alltag Genuss bereiten kann.

Michael Moser
Mo, 19.10.2015, 18:00-21:45 Uhr
Schellingschule, Küche
31,00 € (inkl. 15,00 € Lebensmittelkosten*)

260552L
Vegan - und jetzt !
Vegan kochen klingt kompliziert und aufwändig? Ist es aber nicht! Aus frischem, saisonalem Gemüse und optimalen Eiweißquellen wie z.B. Linsen, Bohnen und Quinoa bereiten wir leckere, alltagstaugliche und schnelle vegane Gerichte zu. Dieser Kochkurs für Veganer und Vegan-Anfänger stellt leckere, leicht nach zu kochende Rezepte vor und zeigt, wie sich eigentlich jedes Rezept auch vegan lecker zubereiten lässt. Mit dem richtigen Handwerkszeug und ein wenig Experimentierfreude entstehen dabei köstliche eigene Kreationen. Dazu gibt es Tipps, wie sich Fleisch, Käse, Eier und Co. im Alltag unkompliziert ersetzen lassen.

Robert Schüle
Do, 12.11.2015, 18:00-21:30 Uhr
G.-Hauptmann-Realschule, Küche
30,00 € (inkl. 14,00 € Lebensmittelkosten*)

Internationale Köstlichkeiten

260652L
Orientalische Linsengerichte
Nach der Bibel verkaufte Esau für ein Linsengericht seinem Bruder Jakob sein Erstgeburtsrecht - was zeigt, welch wichtige Rolle Linsen schon vor tausenden von Jahren auf den orientalischen Speiseplänen spielten. Aber auch bei uns haben Linsen in den letzten Jahren ein wahres Comeback erlebt. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene orientalische Linsengerichte mit den passenden Beilagen kennen.

Rudolf Naumann
Do, 19.11.2015, 18:00-21:45 Uhr
G.-Hauptmann-Realschule, Küche
27,00 € (inkl. 11,00 € Lebensmittelkosten*)

260752L *Wochenende*
Exotische Küche leicht gemacht
Wollten Sie schon immer Gerichte, Soßen oder Dips mit exotischen Lebensmitteln wie Kokosnuss, Kochbanane, Erdnuss ... zubereiten? Aber Sie wissen nicht wie? Dann ist dieser Kurs der richtige für Sie. Wir bereiten leckere südamerikanische Gerichte zu und lernen dabei einige Kochtechniken, die uns die Verarbeitung dieser Nahrungsmittel leichter machen. Zum Schluss genießen wir das Selbstgekochte in gemütlicher Runde. Die Kurssprache ist Deutsch, aber Sie haben die Möglichkeit sich über das Kochen oder andere ausgewählte Themen auf Spanisch zu unterhalten. Ademas disfrutaremos de charlas amenas. Buen provecho!

Luz Thumm-Rios
Sa, 21.11.2015, 10:00-13:30 Uhr
Schellingschule, Küche
24,00 € (inkl. 8,00 € Lebensmittelkosten*)

260852L
Indisches Paneer Makhni
Vegetarische Indische Küche mit Frischkäse
Auch in der indischen Küche wird Frischkäse auf vielfältig Weise verwendet. An diesem Abend erfahren Sie, wie einfach indischer Frischkäse aus Milch selbst hergestellt werden kann und wie lecker damit zubereitete Gerichte schmecken. Freuen Sie sich auf einen indischen Abend mit verschiedenen vegetarischen Gemüsegerichten, verfeinert mit selbst gemachtem Frischkäse und gut abgeschmeckt mit herrlichen indischen Gewürzen. Dazu gibt es frisch gebackenes Brot und eine sehr beliebte Nachspeise zum Abschluss.

Jaswinder Kaur Mann
Do, 21.01.2016, 18:00-21:45 Uhr
G.-Hauptmann-Realschule, Küche
26,00 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten*)

Essen und Trinken

Der besondere Kurs

260952L
Weihnachtsmenü
Alle Jahre wieder… vor Weihnachten ist es immer eine schwierige Angelegenheit, sich ein „kulinarisches Highlight" für die Familie einfallen zu lassen. Hier ein Menü, das nicht nur leicht vorzubereiten und nach zu kochen ist, sondern auch noch schnell und unkompliziert abgewandelt werden kann.

Michael Moser
Mo, 23.11.2015, 18:00-21:45 Uhr
Schellingschule, Küche
32,00 € (inkl. 16,00 € Lebensmittelkosten*)

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

Backen

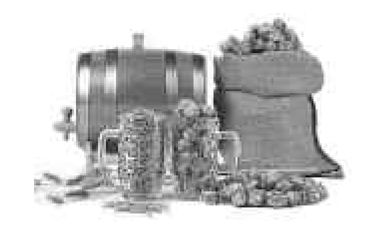


Weihnachtsbäckerei
In fröhlicher Runde backen wir gemeinsam traditionelle und aktuelle Plätzchenrezepte. Früchte, Nüsse, Mandeln und Gewürze spielen dabei die wichtigste Rolle und lassen unsere Küche nach Weihnachten duften. Sie brauchen keine Vorkenntnisse oder Backerfahrung. Alle sind herzlich willkommen. Bei einer gemütlichen Tasse Tee lassen wir den Kurs ausklingen und verkosten dabei schon einige „Versucherle".

261052L
Helga Maisenbacher
Mi, 18.11.2015, 18:00-21:30 Uhr
Schellingschule, Küche
26,00 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten*)

261152L *Wochenende*
Helga Maisenbacher
Sa, 21.11.2015, 10:00-13:30 Uhr
G.-Hauptmann-Realschule, Küche
26,00 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten*)

Getränke



261252L *Wochenende*
Workshop Bierbrauen
Bier selbst herstellen? Geht das denn überhaupt? Ja! Lernen Sie, wie Sie mit einfachen Haushaltsmitteln selbst ein Bier brauen können, das besser schmeckt als alles, was Sie bisher getrunken haben. Genießen Sie sechs Stunden, in denen es nur um Eines geht: flüssiges Gold. Nach der Veranstaltung werden Sie in der Lage sein, Ihr eigenes Bier zu brauen und zur Perfektion zu bringen. Garniert wird dieses Erlebnis mit interessantem Fachwissen, einem Freibier, einer bodenständigen Mahlzeit und vor allem: Spaß! Genießen Sie den Tag mit uns und beeindrucken Sie kurz darauf Ihre Gäste, mit einem Bier, das nicht nur besonders schmeckt, sondern auch etwas ganz Besonderes ist. Ihr eigenes Bier!

Dirk Briel, Christopher Janisch
Sa, 31.10.2015, 10:00-16:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
81,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 15,00 € Lebensmittelkosten*)

261352L *Wochenende*
Lemberger, Blaufränkisch, Kekfrankos – autochthone Rebsorte mit pannonischer Tradition.
Vieles deutet darauf hin, dass die Rebsorte aus dem Raum der Pannonischen Tiefebene stammt, jedenfalls findet sich die größte Rebfläche im Burgenland, ausserdem in Sopron und am Balaton. Da die württemberger Wengerter seit Jahren mit fantastischen Lembergweinen aufwarten, möchte das Weinseminar in einem Vergleich ambitionierte Rotweine aus den genannten Herkünften vorstellen. Folgende Winzer sind u.a. vorgesehen: Attila Gere, Weninger, Kollwenz, Tesch, Ellwanger, Remstalkellerei, Staatsweingut Weinsberg.

Michael Sackmann
Fr, 27.11.2015, 19:00-21:30 Uhr
Kurfiss-Gebäude Höfingen, Gewölbekeller
38,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 23,00 € Lebensmittelkosten*)



Hinweise auf andere Institutionen

Die **Familien-Bildungsstätte** Leonberg bietet Kurse und Gesprächskreise an für Mütter, Väter, Ehepaare, Alleinstehende, Kinder und Alleinerziehende, Familien.
Familien-Bildungsstätte Leonberg e. V.
Eltinger Straße 23, Telefon 07152/947020

Hauptschulabschluss



Träger:
Kreisjugendamt Böblingen
Telefon 0 7031/813131
Zur Vorbereitung auf die staatliche Schulfremdenprüfung zum Hauptschulabschluss hat der Landkreis Böblingen Tages- und Abendkurse (Beginn: Sept. 2015) eingerichtet. Ein qualifizierter Schulabschluss ist heute Voraussetzung für die meisten Berufsausbildungen und beruflichen Laufbahnen. Die Anmeldung ist mit einem Einführungsgespräch verbunden und findet in der vhs am Stiftsgymnasium in Sindelfingen statt.
Verantwortlich: Sylvia Bender

Böblingen – Sindelfingen
Herrenberg
Gerlingen
Korntal-Münchingen
Leonberg
Stadt Ludwigsburg
Kreis Ludwigsburg
Stuttgart

Die Volkshochschulen der Region mittlerer Neckar West
arbeiten in vielfacher Weise eng zusammen:

- sie tauschen ständig Erfahrungen aus
- sie stimmen neue Angebote aufeinander ab
- sie beteiligen sich gemeinsam an größeren Programmen und Vorhaben
- sie machen gemeinsam Fortbildungsangebote für Kursleiter und Kursleiterinnen

Alles mit dem gemeinsamen Ziel, in der gesamten Region ein umfassendes, qualitativ hochwertiges und überall gut erreichbares Weiterbildungsangebot zu sichern.

Medizin/Gesundheitsvorsorge

Fachauskunft: Irmela Gleißner-Hüter, Tel. 07152 3099-42
Verwaltung: N.N., Tel. 07152 3099-30



280152LV *Vortrag*
Heuschnupfen - die alljährliche Plage
Frühling ist für viele Menschen die schönste Zeit des Jahres, für manche aber auch der Beginn einer wochenlangen Leidenszeit. Denn der im Frühjahr einsetzende Pollenflug beschert den Allergikern tropfende Nasen und gereizte Augen. „Heuschnupfen" ist die geläufige Bezeichnung für dieses Phänomen, das bis zum Herbst andauern kann. Es handelt sich dabei um eine Überreaktion des Immunsystems: Schon der bloße Kontakt der Schleimhäute mit Gräser- oder Blütenpollen regt den Körper dazu an, unkontrolliert hohe Mengen an Botenstoffen auszuschütten, um die Abwehr zu aktivieren. Und das, obwohl von den Pollen gar keine Gefahr für die Gesundheit ausgeht. Heuschnupfen ist ein Krankheitsprozess, der sich von Jahr zu Jahr verschlimmert – bis hin zu akuter Atemnot und chronischen Atemwegserkrankungen wie Asthma.
Der Referent erläutert, welche medizinischen Behandlungsmöglichkeiten es für die Betroffenen gibt und nennt praktische Verhaltenstipps. In Zusammenarbeit mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg (KVBW).
Referent:
Dr. med. Ullrich Shih, Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten, Phlebologie, Leonberg
Moderation:
Dr. med. Robert Heger, Facharzt für Orthopädie, Vorsitzender der Ärzteschaft Leonberg
Di, 13.10.2015, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

Bitte beachten Sie auch den Kurs 280752L „Nie wieder Heuschnupfen" unter „Komplementärmedizin".

280252LV *Vortrag*
Gesund bleiben - aber wie?
Ihr Weg zu einem verbesserten Körperbewusstsein!
Gesundheit ist nicht nur die Abwesenheit von Krankheit - aber eben auch! Wer fühlt sich noch wohl, wenn der Rücken oder die Gelenke schmerzen? Bin ich wirklich gesund, nur weil ich keine direkten Beschwerden verspüre? Was kann ich tun, um in jedem Alter das Leben zu genießen und mich rundum wohlzufühlen? Reicht es aus, sich gesund zu ernähren und hin und wieder spazieren zu gehen? Was kann ich tun, wenn es „in den Gelenken knirscht" oder bereits Organfunktionen beeinträchtigt sind? Beeinflusst unser Denken und Verhalten eventuell den Zustand unseres Körpers? Der Vortrag richtet sich an Menschen, die sich für eine ganzheitliche Perspektive interessieren und die Verantwortung für Ihr Wohlergehen persönlich übernehmen wollen.

Rainer Süßbier
Do, 15.10.2015, 19:00 Uhr
vhs, Raum E 2
7,00 € (Abendkasse)

Bitte beachten Sie auch den Vortrag „Alkoholabhängigkeit", Kurs Nr. 202452L unter „Leben gestalten".



280452LV *Vortrag*
„Schau mir in die Augen"- Augendiagnose
Bestimmung der Konstitution anhand der Augendiagnose
Wir Menschen sind verschieden. Der eine kann essen so viel er möchte ohne dick zu werden, der andere muss auf jede Kleinigkeit achten. Der eine scheint nie erkältet zu sein, der andere ist offen für jeden Erreger. Unsere Konstitution gibt uns den Rahmen vor wie wir auf unsere Umwelt reagieren. Auch wenn ihr heute meist keine Beachtung mehr geschenkt wird, ist ihre Bestimmung ein wichtiges Hilfsmittel um zu verstehen, wie der eigene Körper „tickt". Erkennt man seine ganz eigene Beschaffenheit, so ist dies ein Schlüssel zu langfristiger Gesundheit. Die Untersuchung der Iris des Auges ist ein sehr wertvolles Instrument der Konstitutionsbestimmung. Anhand von Augenbildern werden verschiedene Menschtypen vorgestellt und therapeutische Wege aus der Krankheit aufgezeigt.

Markus Flattich
Di, 26.01.2016, 19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
6,00 € (Abendkasse)

BARMER GEK

280552L
Bevor Pflegebedürftigkeit entsteht
Orientierungskurs
Dieser Kurs soll in die Themen Pflege, Pflegebedürftigkeit und pflegende Angehörige einführen, Orientierung geben und Ängste abbauen. Die Teilnehmer erlangen Wissen über Rechte und Pflichten pflegender Angehöriger und können nach diesem Kurs gemeinsam mit ihren Angehörigen vorausschauen und selbstbestimmt diesen Lebensabschnitt planen.
Inhalte:
- Klärung der Begriffe: Pflege, pflegender Angehöriger, Pflegebedürftigkeit
- Wenn Angehörige Hilfe brauchen: Wahrnehmen und Akzeptieren
- Rollentausch - Eltern/Kind; Ehemann/Ehefrau; Geschwister
- Motivation
- Verantwortung übernehmen: Pflegende Frauen, Pflegende Männer
- Familien und ihre Traditionen
- Hilfe annehmen
- Tabuthemen der Pflege

In Zusammenarbeit mit der Barmer GEK und der Familien-Bildungsstätte.

Madeleine Melzig
Mo, 09.11.2015, 19:00-21:00 Uhr
vhs, Raum E 2
kostenfrei (Anmeldung erforderlich)

Komplementärmedizin

280652L
Einführung in die 12 Salze des Lebens
Biochemie nach Dr. Schüßler
Durch einen Mangel oder eine gestörte Verteilung an lebensnotwendigen Mineralstoffen kann es zu Unwohlsein oder gar Krankheit kommen. Mittels Einsatz von Salzen, die auf natürliche Weise im Körper vorkommen, wird der Mineralstoffhaushalt der Zelle reguliert und ein Gleichgewicht hergestellt. Dr. Schüßler hat ein einfaches und wirkungsvolles Naturheilverfahren geschaffen, welches nebenwirkungsfrei und mit anderen Therapien kombinierbar ist. Schüßler-Salze eignen sich bestens zur Vorbeugung und Heilung von Alltagsbeschwerden. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der Schüßler-Salze, ihre Wirkungsweise und Anwendungsmöglichkeiten kennen. Beispiele aus der Praxis ergänzen den Abend. Im Kurs wird 1,00 € für das Skript eingesammelt. Bitte mitbringen: Mineralwasser, Schreibmaterial.

Corinna Magiera
Mo, 05.10.2015, 19:00-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
14,00 €



280752L
Nie wieder Heuschnupfen?!
Der beste Zeitpunkt, eine nachhaltige Heuschnupfenbehandlung zu starten, liegt Wochen bis Monate vor der kommenden Pollensaison. Ziel aller vorbeugenden Behandlungsmethoden ist es, das falsch reagierende Immunsystem zu beeinflussen, damit es beim Kontakt mit den allergieauslösenden Allergenen nicht überschießend reagiert. Die Naturheilkunde setzt an der Ursache an, dazu werden die Konstitution gestärkt, das Immunsystem trainiert und Darm und Schleimhäute als zentraler Sitz der körpereigenen Immunabwehr gepflegt. Das Immunsystem lässt sich nicht von heute auf morgen beeinflussen, aber mit Zeit und Durchhaltevermögen verringert sich die Allergieneigung von Jahr zu Jahr!

Maria Roling
Di, 10.11.2015, 19:30-21:00 Uhr
vhs, Raum E 2
7,00 € (keine Ermäßigung)

Bitte beachten Sie auch den Vortrag 280152L „Heuschnupfen – die alljährliche Plage".

280852L
Endlich schmerzfrei durch ein neues Schmerzverständnis
90% aller verbreiteten Schmerzzuständen sind nicht - wie meist vermutet - Folge von Schädigung, Verschleiß, Verkalkung und Entzündung, sondern lediglich eine Warnung unseres Körpers: „Stoppe die Fehlbelastung, sonst schädigst du dich!" Statt diesen Schmerz mit Medikamenten und Spritzen zu unterdrücken und damit die weitere Schädigung in Kauf zu nehmen, arbeitet die Kursleiterin seit Jahren mit einer Therapie zur gezielten Auflösung der dem jeweiligen Schmerzmuster zugrunde liegenden krankhaften

muskulären Programme und setzt damit an den Schmerzursachen an. Sie zeigt an diesem Abend, wie sie Schmerzgeplagte über eine ganzheitliche Umprogrammierung der Muskeln in die Schmerzfreiheit führt. In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen.

Petra Maurer
Di, 24.11.2015, 19:30-21:15 Uhr
vhs, Konferenzraum
11,00 €

280952L
Brustgesundheit - ganz natürlich
nur für Frauen
Viele Frauen sind verunsichert, wenn sie das Brustdrüsengewebe durch Spannungsgefühle, Schwellungen oder auch vermehrte Knotigkeit (Mastopathie genannt) deutlich spüren. Durch anschauliche Innenansichten wird der Aufbau des Brustgewebes und die natürliche Veränderung im Zyklus und in den Wechseljahren gezeigt. Mit diesem Wissen und dem regelmäßigen Erkunden der Brüste, können Sie mit dem Körper und seinen Veränderungen vertrauter werden.Sie erhalten Informationen und Rezepturen von Heilpflanzen für Brustöle, Lymphentlastung und für das hormonelle Gleichgewicht; sowie Tipps zu Ernährung, BH-Passform und Körperpflegeprodukten. In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen.

Ute Reder
Di, 26.01.2016, 19:00-20:30 Uhr
vhs, Raum E 2
7,00 € (keine Ermäßigung)

281052L
Angenehme Düfte aus Wildkräutern
Vielleicht haben Sie auch Freude an Düften und möchten einmal etwas Neues ausprobieren? Dann sind Sie hier genau richtig! In diesem Kurs lernen Sie, Raum- und Aurasprays aus Blüten, ätherischen Ölen und Kräutertinkturen herzustellen. Dabei sind Ihrer Fantasie keine Grenzen gesetzt. Durch die vielerlei verschiedenen Duftnoten können Sie „Ihr" Spray ganz individuell gestalten und für sich „erriechen". Es wird Ihnen freigestellt, wie viele Duftsprays Sie kreieren möchten. Lassen Sie Ihren Wünschen freien Lauf! Zusätzlich erhalten Sie ein Skript mit ausführlichen Informationen zu ätherischen Ölen, Botschaften verschiedener Heilpflanzen und eine Übersicht zur Herstellung der Raum- und Aurasprays. So haben Sie auch zu Hause alle Informationen griffbereit. Die Materialien zur Herstellung der Sprays werden Ihnen gestellt.

Birgit Straka
Do, 28.01.2016, 18:00-21:00 Uhr
G.-Hauptmann-Realschule, Küche
30,00 € (keine Ermäßigung)

Körpererfahrung

281152L *Wochenende*
Hilfe zur Selbsthilfe für Ihren Rücken
Die Dornmethode
Die Dornmethode ist eine einfache, gefühlvolle Methode zur Korrektur von Fehlstellungen der Wirbel und Gelenke. Die Basis der Behandlung ist der Ausgleich der unterschiedlichen Beinlängen. Danach folgt die Korrektur im Becken- und Kreuzbeinbereich und der gesamten Wirbelsäule. Angewendet wird diese Behandlung bei Fehlhaltung, Ischiasbeschwerden, Skoliose, Bandscheibenvorfällen, ect.An diesem Tag erwarten Sie:
Erläuterung der Dornmethode anhand eines Wirbelsäulenmodells
Behandlungsdemonstrationen an Freiwilligen
Selbsthilfeübungen für Alle zum Mitmachen
Im Kurs werden 2 € für Kopien eingesammelt.

Maria Hummel
Sa, 17.10.2015, 10:00-12:00 Uhr
vhs, Raum 112
11,00 €

281252L *Wochenende*
Hilfe zur Selbsthilfe für die Augen
Dieses Seminar ist geeignet für Jugendliche und Erwachsene, insbesondere für Personen, die viele Stunden am Tag am Bildschirm arbeiten.
Sie lernen: Richtiges Sitzen beim Lesen am Bildschirm, Schulter- und Nackenentspannungsübungen, Akupressur rund um die Augen, Entspannungsübungen für die Augen (aus dem Yoga und der Kinesiologie). Das Skript mit Übungen kostet 2,00 €.

Maria Hummel
Sa, 14.11.2015, 10:00-13:00 Uhr
vhs, Raum 106
14,00 €





281352L
Ohrakupunktur
Kleiner Stich – große Wirkung
Durch das Setzen von Nadeln am Ohr kann der gesamte Organismus beeinflusst werden. Viele Krankheiten – von A wie Allergien bis Z wie Zyklusstörungen sprechen sehr gut auf Ohrakupunktur an. Auch bei Schmerzen, Raucherentwöhnung und Gewichtsreduktion hat sich die Ohrakupunktur bewährt.
Wie ist die Ohrakupunktur entstanden?
Wie lässt sich die Wirkung erklären?
Gibt es Nebenwirkungen?
Welche Kontraindikationen gibt es und wie ist eine Behandlung aufgebaut?
In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Ursula Wegmeth
Di, 27.10.2015, 19:00-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
14,00 €

281452L *Wochenende*
Wohlbefinden und Beweglichkeit mit der Feldenkrais®-Methode
Vielleicht haben Sie manchmal das Gefühl, im Alltag nur noch funktionieren zu müssen, durch Stress und Leistungsdruck fremdbestimmt zu sein, was sich auf ihr ganzes Wohlbefinden auswirkt. Sie möchten etwas ändern, wissen aber nicht wie. Mithilfe der Feldenkrais®-Methode lernen Sie vielfältige Bewegungsmöglichkeiten kennen, ihre Gewohnheiten wahrzunehmen und zu verändern, um sich im Alltag bei Ihren verschiedensten Tätigkeiten effizienter, müheloser zu bewegen und neue Wege für Veränderung zu finden. Dabei ist es unwichtig, ob Sie jung oder alt, sportlich oder ungeübt sind, Sie können immer von Feldenkrais® profitieren und haben jederzeit die Möglichkeit, die Bewegungsangebote individuell an Ihre Fähigkeiten anzupassen. Diese zwei Samstagnachmittage richten sich an alle, die offen sind, sich auf neue Erfahrungen einzulassen, Feldenkrais® kennen zu lernen oder zu vertiefen.
Bitte mitbringen: Decke, drei Handtücher als veränderbare Kopfunterlage und warme, bequeme Kleidung.

Carola Eisenhardt
samstags, 14:00-17:00 Uhr
2 mal ab Sa, 30.01.2016
vhs, Raum 114
28,00 €

281552L *Wochenende*
Wohlbefinden und Pflege für meine Füße
Über einen langen Zeitraum tragen sie uns durchs Leben. Aber bei der Pflege kommen sie meistens zu kurz. Wir werden uns mit ausgewählten Düften, einem hautpflegenden Sahne-Fußbad und einer Fußmassage, die jede/r an sich selbst durchführen kann, ausgiebig um unsere Füße und Beine kümmern. Außerdem werden die Wirkungsweisen und Gewinnungsarten der verwendeten ätherischen Öle erklärt. Für die Pflege zu Hause werden ein Fußöl und ein Fußbad-Zusatz auf Meersalz-Basis hergestellt.
Bitte mitbringen: kleine Wanne für Fußbad, 2 mittelgroße Handtücher, Hausschuhe oder Wellness-Socken, kleine Decke, 2 Einweg-Handschuhe. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte Leonberg.

Gabriele Wagner
Fr, 23.10.2015, 18:30-21:30 Uhr
Haus der Begegnung
19,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 6.50 € Materialkosten)

281652L
Eutonie - mehr als Entspannung
Mehr Ruhe und Gelassenheit, mehr Beweglichkeit, mehr körperlich-seelisches Wohlbefinden! Eutonie nach Gerda Alexander ermöglicht Ihnen, unabhängig von Alter und Gesundheitszustand, dieses Ziel zu erreichen. Mit einfachen Übungen erfahren Sie Ihren Körper neu und lernen das feine Spannungsgefüge Ihrer Gesamtmuskulatur (=Tonus) kennen. Die physische Motorik, die auch von der Psyche beeinflusst wird, harmonisiert sich. Sie gewinnen mehr innere Ruhe und entwickeln ein sensibles Gespür für Ihre eigene Gesundheit. Beschwerden wie Verspannungen, Rückenschmerzen, Schlafstörungen und seelische Verstimmungen können sich lösen.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken und ein Handtuch.
In Kooperation mit der Familienbildungsstätte.

Susanne Schmid-Jurisch
donnerstags, 19:00-20:30 Uhr
6 mal ab Do, 15.10.2015
Haus der Begegnung
37,00 € (keine Ermäßigung)

Entspannung

Fachauskunft: Irmela Gleißner-Hüter, Tel. 07152 3099-42
Verwaltung: N.N., Tel. 07152 3099-30

Viele gesetzliche Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie ihren Versicherten bezuschussen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung zu einem vhs-Kurs!
Nach Kursende können Sie von uns bei entsprechender Teilnahme eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten. Sie erhalten diese bei Abholung kostenlos oder gegen Gebühr bei Zusendung.



284152L *Wochenende*
Bewegungskunst auf dem asiatischen Kontinent
Escrima – Taiji – Qigong – Yoga – Buthotanz
Menschen stehen dem Fremden zwiespältig gegenüber. Einerseits ängstigt das Andere und Unvertraute, andererseits übt es eine Faszination aus. Schon lange ist z.B. die asiatische Bewegungskunst in Europa und auch in ländlichen Kreisen angekommen und wird z.T. „verdeutscht“ unterrichtet und umgesetzt. Lernen Sie Bewegungskünste mit deren ursprünglichem Hintergrund aus Japan (avantgardistischer Ausdruckstanz/ Butho), China (Kampfkunst Taiji und Heilgymnastik Qigong), Indien mit Yoga und den Philippinen mit Stockkampfkunst/Escrima kennen. Tauchen Sie ein in fremde Disziplin, Rituale und respektvolles Üben. Erfahren Sie das Verbindende dieser Bewegungskünste. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Bitte mitbringen: Sportkleidung, leichte Turnschuhe und/ oder Noppensocken, großes Handtuch und Getränk. Stöcke für Escrima werden zur Verfügung gestellt. Eigene Stöcke (zwei à ca. 66 cm Länge) können mitgebracht werden. In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Eva Kremser
Fr, 23.10.2015, 18:00-21:00 Uhr
Sa, 24.10.2015, 10:00-14:00 Uhr
vhs, Raum 114
49,00 € (keine Ermäßigung)

Tai Chi

284252LT GEMEINSAM AKTIV KURS
Tai Chi Chuan (Peking-Form) für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Tai Chi Chuan ist ein traditionelles chinesisches System von Übungen, das auf der Philosophie des Tao (des Weges) und der Yin-Yang Theorie (die Polaritäten) beruht. Seine äußere Form besteht aus fließenden, harmonischen Bewegungen voller Ausdruck, Schönheit und Energie. Bewusstes Bewegen von Körperzentrum und Gliedmaßen fördern Konzentration und Koordinationsfähigkeit. Die Langsamkeit und Natürlichkeit der Bewegungen machen geschmeidiger und erhöhen das Körperbewusstsein. Die Peking-Form ist sowohl für Jung und Alt, als auch für Frauen und Männer geeignet. Bitte bequeme Kleidung und Sportschuhe mitbringen.

Jannis Tsausidis
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Do, 08.10.2015
vhs, Konferenzraum
98,00 €

284352LT GEMEINSAM AKTIV KURS
Tai Chi Chuan (Chen-Stil) - für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
mit 84 aufeinander folgenden Übungen
Der Chen-Stil im Tai Chi Chuan gilt als der älteste überlieferte Stil und die Mutter aller Stile. Charakteristisch für den Chen-Stil ist das Wechselspiel von weichen, fließenden Bewegungen und schnellen, explosiven Techniken, sowie ausgeprägten Spiralbewegungen. Gleichzeitig ist es eine Methode zur Entwicklung von guter Gesundheit, Krankheitsvorbeugung, Stressreduzierung und ein Weg für Meditation, Stille und Entspannung. Ob Mann oder Frau, jeder ist herzlich willkommen. Bitte bequeme Kleidung und Sportschuhe mitbringen.

Jannis Tsausidis
donnerstags, 19:40-21:10 Uhr
15 mal ab Do, 08.10.2015
vhs, Konferenzraum
98,00 €

284452L
Tai Chi Chuan (Yang-Stil) - Aufbaukurs
Voraussetzungen: Gute Kenntnisse der „Kurzform“ und „Langform“ in der Tradition nach Cheng Man Ching. Grundkenntnisse in der Schwertform nach Dr. Chi sollten bekannt sein.
Tai Chi Chuan ist eine uralte chinesische Bewegungskunst: Es schult das Körperbewusstsein und hilft, wenn man es langfristig betreibt, Haltungsprobleme zu regulieren. Es vertieft die Atmung und wirkt ebenso entspannend wie belebend. Tai Chi ist Meditation und Heilgymnastik in einem.

Hildegard Müller
montags, 19:00-20:30 Uhr
12 mal ab Mo, 28.09.2015
Sophie-Scholl-Grundschule, Gymnastikraum
75,00 €

Qigong

284552LV *Vortrag*
Zhineng Qigong - Medizinisches Qigong
Qigong gibt es schon seit Jahrtausenden. In China sind über 3000 verschiedene Formen des Qigong offiziell registriert. In diesem Qigong-Universum nimmt Zhineng Qigong eine besondere Stellung ein. Warum, das erfahren Sie an diesem Abend.

Ping Dietrich-Shi
Mo, 16.11.2015, 19:30 Uhr
vhs, Raum E 2
kostenfrei

284652LT GEMEINSAM AKTIV KURS *Wochenende*
Zhineng Qigong - Medizinisches Qigong
Nach einer Untersuchung an fast 8000 Patienten einer chinesischen Klinik erscheint Zhineng-Qigong, unter mehr als 3000 Formen des Qigong, am besten geeignet Krankheiten zu überwinden und die Gesundheit zu fördern. Es ist nicht nur sehr effektiv, sondern auch einfach zu erlernen. In diesem eintägigen Workshop lernen Sie die Basisübungen. Übungsmaterial auf CD oder DVD erlaubt Ihnen dann, die Übungen alleine weiter zu praktizieren. Schon mit 25 Minuten am Tag können Sie bei sich wunderbare Wirkung erzielen. Weiterführendes Material wie das „Elementarbuch des Zhineng Qigong“ (25,00 €), eine CD (15,00 €) oder eine DVD (20,00 €) sind im Kurs erhältlich.

Ping Dietrich-Shi
Sa, 28.11.2015, 10:00-18:00 Uhr
inkl. 1 Std. Mittagspause
vhs, Raum 114
60,00 € (keine Ermäßigung)

284752L
Hui Chun Gong - Die Jugendfrische kehrt zurück
Hui Chun Gong gehört zur chinesischen Atem- und Bewegungstherapie, dem Qigong. Durch langsame Bewegungen und die innere Sammlung auf bestimmte Körperzonen wird die Energie des menschlichen Körpers aufgebaut und auch reguliert. Die Bewegungen des Hui Chun Gong bestechen durch ihre Einfachheit. Jeder Mensch kann diese Übungen relativ schnell erlernen. Beim Üben des Hui Chun Gong kann man schon nach kurzer Zeit spüren, wie sich die Lebensenergie und Lebensfreude deutlich erhöhen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken sowie Getränk.

Martina Rihaczek
dienstags, 20:00-21:00 Uhr
10 mal ab Di, 13.10.2015
vhs, Raum 114
44,00 €

Qigong

Qigong ist ein Sammelbegriff für vielfältige in China entwickelte Übungsmethoden, mit denen der/ die Übende Einfluss nimmt auf die eigene Lebensenergie (= Qi). Die langsam fließenden, durch die Vorstellungskraft angeleiteten Übungen können von Menschen jeden Alters ausgeführt werden. Qigong-Übungen wirken ausgleichend, kräftigend und harmonisierend auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene. Verspannungen, Fehlhaltungen, innere Unruhe und andere körperliche oder geistig-seelische Unausgewogenheit können durch regelmäßiges Üben reguliert werden. Konzentration und Achtsamkeit werden gefördert, was sich auch im Alltag und in der Persönlichkeitsentwicklung auswirkt. Hauptsächlich werden Übungen aus dem Lehrsystem „Qigong Yangsheng“ von Prof. Jiao Guorui vermittelt.Bitte bequeme Kleidung und dicke Socken sowie Getränk mitbringen.

284852LT GEMEINSAM AKTIV KURS
Aufbaukurs für Anfänger/ -innen mit Vorkenntnissen
Voraussetzung: Grundkenntnisse eines Teils der „15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong“ nach Prof. Jiao Guorui oder Rücksprache mit Kursleiterin.

Christine Musche
montags, 19:45-21:15 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
K.-G.-Haldenwang-Schule, Runder Raum
100,00 €

An Kursen, die mit „T“ und diesem Logo GEMEINSAM AKTIV KURS gekennzeichnet sind können Versicherte der AOK – Die Gesundheitskasse Stuttgart-Böblingen kostenfrei teilnehmen, sofern uns ein entsprechender Gutschein bei der Anmeldung vorgelegt wird.

Entspannung

284952LT 
Aufbaukurs
Voraussetzung: Gute Grundkenntnisse der „15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong“ und Grundkenntnisse der „8 Brokatübungen“ nach Prof. Jiao Guorui

Christine Musche
montags, 18:00-19:30 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
K.-G.-Haldenwang-Schule,
Runder Raum
100,00 €

285052LT *vormittags*
Aufbaukurs
Voraussetzung: Gute Grundkenntnisse der „15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong“ und Grundkenntnisse der „8 Brokatübungen“ nach Prof. Jiao Guorui

Christine Musche
dienstags, 08:30-10:00 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Seniorenzentrum am Parksee,
Gymn.-raum
100,00 €

285152LT *vormittags*
Qigong für Ältere
In Zusammenarbeit mit dem Seniorenzentrum am Parksee.

Christine Musche
dienstags, 10:15-11:15 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Seniorenzentrum am Parksee,
Gymn.-raum
68,00 €



285252LT
Qigong 60+
Qigong 60+ ist für ältere Menschen - auch mit körperlichen Einschränkungen - gut geeignet. Die Übungen werden altersgerecht und individuell für jeden Teilnehmer gestaltet. Ziel ist, dadurch mehr Lebensqualität im Alltag zu bekommen. Durch einfache Übungen im Stehen, Sitzen oder Liegen werden die Selbstregulationsfähigkeiten und Selbstheilungskräfte der körperlichen Prozesse positiv angeregt. So kann die Lebensenergie (Chi) ungehindert durch die Meridiane fließen. Qigong-Übungen stärken das Immunsystem und helfen den Alltag mit Gelassenheit zu meistern. Wir werden achtsamer, sowohl uns als auch unseren Mitmenschen gegenüber. Jede(r) Teilnehmer/-in ist herzlich willkommen. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken.

Jannis Tsausidis
donnerstags, 16:30-17:30 Uhr
10 mal ab Do, 08.10.2015
vhs, Konferenzraum
46,00 €

Weitere Qigong-Kurse finden Sie in unseren Außenstellen und bei der Familien-Bildungsstätte Leonberg.

Yoga

An Kursen, die mit „T“ und diesem Logo gekennzeichnet sind können Versicherte der AOK – Die Gesundheitskasse Stuttgart-Böblingen kostenfrei teilnehmen, sofern uns ein entsprechender Gutschein bei der Anmeldung vorgelegt wird.

285352LT
Hatha-Yoga
Ein Weg zum Wohlbefinden und zur körperlich-geistigen Gesundheit
Langsam ausgeführte Körperübungen und Atemachtsamkeit sowie verschiedene Entspannungsmethoden führen zu größerer geistiger Ruhe und lassen die Zusammenhänge von Körper, Atem und Geist bewusst werden. Die daraus resultierende Harmonisierung der Gesamtpersönlichkeit ist Grundlage für mehr Wohlbefinden und Gesundheit, sie öffnet uns den Weg zu unserer inneren Kraft und zu mehr Lebensfreude.
Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, warme Socken.

Andrea Weimer
montags, 18:30-19:45 Uhr
13 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 114
69,00 €



285652L
Grundkurs Yoga
In diesem Einführungskurs werden die Grundlagen des Yoga vermittelt. Spezielle Körperübungen, Atemtechniken, Tiefenentspannung und Meditation helfen Verspannungen zu lösen, wirken unterstützend bei der Stressbewältigung und führen zu mehr Gelassenheit und innerer Ruhe. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke und ein kleines Sitzkissen.

Ulrike Schmidt
montags, 20:00-21:30 Uhr
10 mal ab Mo, 05.10.2015
vhs, Raum 114
62,00 €

Yoga - ein Weg zu mehr Gelassenheit
Asanas sind Körperstellungen im Yoga. Es ist eine sanfte und gleichzeitig aktive Körperübung, es ist das bewusste Hineingehen, der richtige Atem, bewusstes Halten und Auflösen der Körperstellung. Asanas dienen nicht nur körperlicher Geschmeidigkeit und vitaler Kraft, sondern auch einer guten Körperbeherrschung. Die perfekte äußerliche Form einer Asana zu erreichen, ist weniger wichtig als die spirituelle Qualität zu erleben. Die erreichte Harmonie von Körper, Geist und Seele gibt Ihnen neue Lebenskraft. Bitte mitbringen: rutschfeste Matte, bequeme Kleidung, Decke, warme Socken, Sitzkissen.

285752LT 
für Anfänger/-innen und Wiedereinsteiger/-innen
Rosemarie Knott
dienstags, 16:30-18:00 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 114
89,00 €

285852LT
für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen oder nach Absprache
Rosemarie Knott
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 114
89,00 €

Hatha-Yoga
Hatha-Yoga ist ein indischer Erkenntnisweg, der über Körperhaltungen und Atembeobachtung zu innerem Gleichgewicht und äußerer Festigkeit führt. Belebende Übungen ermöglichen eine intensive Wahrnehmung des eigenen Körpers mit verbesserter Durchblutung, erhöhter Konzentrationsfähigkeit und anschließender Tiefenentspannung. Eine Darlegung der Grundgedanken des Yoga verbunden mit Hinweisen über gesundheitliche Aspekte aus östlicher und westlicher Sicht runden die Übungsstunde ab. Der Kurs richtet sich an Erwachsene mit Kritikvermögen, die einen Weg zu mehr Gelassenheit kennen lernen wollen, um danach eigenständig üben zu können. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung und Wollsocken.

285952LT 
Walter Preiß
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
14 mal ab Do, 08.10.2015
vhs, Raum 114
89,00 €

286052LT
Walter Preiß
donnerstags, 19:45-21:15 Uhr
14 mal ab Do, 08.10.2015
vhs, Raum 114
89,00 €

Viele gesetzliche Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie ihren Versicherten bezuschussen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung zu einem vhs-Kurs!
Nach Kursende können Sie von uns bei entsprechender Teilnahme eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten. Sie erhalten diese bei Abholung kostenlos oder gegen Gebühr bei Zusendung.

286152LT *vormittags*
Yoga auf dem Stuhl
Dieser Yoga-Kurs richtet sich besonders an ältere Menschen oder Menschen mit körperlichen Einschränkungen. Die Übungen werden überwiegend im Sitzen auf dem Stuhl ausgeführt und durch Übungen im Stehen ergänzt. Yoga auf dem Stuhl verkörpert eine sanfte Yoga-Variante, die schrittweise Flexibilität, Muskelkraft und mehr Lebensenergie entwickelt. Dafür werden klassische Yogapositionen abgewandt und Atemtechniken angepasst. Mit der Tiefenentspannung endet jede Stunde. Yoga steigert Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden auf bewußte und achtsame Weise - ohne jeglichen Leistungsdruck. Bitte mitbringen: bequeme, lockere Kleidung, warme Socken, ein kleines Kissen, eine Decke.

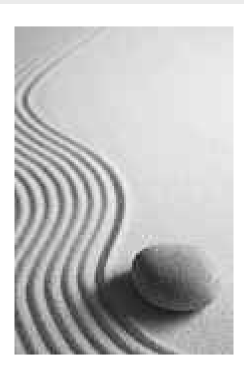
Natalia Bayer
mittwochs, 08:45-10:00 Uhr
12 mal ab Mi, 07.10.2015
vhs, Raum 114
62,00 €



286252LT *vormittags*
Yoga bei körperlichen Beschwerden - Yogatherapie
Yogatherapie ist eine Anwendung klassischer Yoga-Techniken bei konkreten Beschwerden wie Rücken- und Gelenkschmerzen, Migräne, Erschöpfung, Nervosität, Schlafstörungen oder Herz-/Kreislauf-Problemen. Das Besondere an

der Yogatherapie ist, dass jeder lernen kann, mit Asanas (Yogaübungen), Pranayama (Atemübungen) und Meditationstechniken, eigene Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Ziel ist körperliche und mentale Spannungen abzubauen. Die Muskulatur wird gestärkt und bleibt zugleich flexibel; Körper, Geist und Seele werden in Einklang gebracht. Yogatherapie ist ein gesundheitsorientiertes Lebensstilkonzept für alle Menschen, die selbst etwas für sich tun wollen. Jederzeit und überall. Bitte mitbringen: Decke, evtl. kleines Kissen, bequeme Kleidung und Socken.

Natalia Bayer
mittwochs, 10:15-11:30 Uhr
12 mal ab Mi, 07.10.2015
vhs, Raum 114
62,00 €



Yoga und Meditation
Für Anfänger und Fortgeschrittene
Yoga ist für alle geeignet, die Bewegung mit Freude und Leichtigkeit erfahren möchten. Wir üben Yoga-Haltungen mit unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen aus verschiedenen Yogabereichen, die immer an den eigenen Körper mit dessen Möglichkeiten angepasst werden. Meditationen lassen uns die Einfachheit in Allem was ist erleben und fühlen. Wir gewinnen Zuversicht, dies in jeder Lebenslage zu erkennen, was uns somit einen weiteren Schritt zu unserem Sein führt. Bitte mitbringen: Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung, Wollsocken.

286352L *Wochenende*
Ellen Gralert
freitags, 17:10-18:25 Uhr
13 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Raum 114
69,00 €

286452L *Wochenende*
Ellen Gralert
freitags, 18:35-19:50 Uhr
13 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Raum 114
69,00 €

Lu Jong - Tibetischer Heilyoga® nach Tulku Lama Lobsang
Lu Jong bedeutet „Die Lehre der Bewegung zur Heilung von Körper & Geist" und entstand vor ca. 8500 Jahren in den Klöstern Tibets. Die Bewegungen basieren auf der tibetischen „Lehre der 5-Elemente", beeinflussen Meridiane, Reflexzonen und Organe und bringen dadurch die verschiedenen Körpersäfte und Elemente ins Gleichgewicht. Sind die Elemente im Einklang, wirkt sich dies positiv auf Körper & Geist aus - der Mensch ist gesund. Der Kurs findet in 2 Wochenendkursen statt, jeweils in sich abgeschlossen. Lu Jong ist für gesunde Menschen jeden Alters geeignet. Die Angebote sind keine Heilbehandlungen.
Bitte klären Sie ggf. die Teilnahme mit Ihrem behandelnden Arzt/Therapeuten. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, (Yoga) Kissen, Tasse.

286552L *Wochenende*
5 Elemente und 8 Befindlichkeiten
Claudia Janschitz
Sa, 14.11.2015, 08:30-12:30 und 16:00-19:00 Uhr
So, 15.11.2015, 08:30-13:00 Uhr
vhs, Raum 114
57,00 €

286652L *Wochenende*
5 Elemente und Organe
Claudia Janschitz
Sa, 23.01.2016, 08:30-12:30 und 16:00-19:00 Uhr
So, 24.01.2016, 08:30-13:00 Uhr
vhs, Raum 114
57,00 €

Entspannung/Wohlfühlen

286752L
Stressbewältigung durch Achtsamkeit nach Jon Kabat-Zinn
An diesem Abend erhalten Sie einen Einblick in die MBSR-Methode (mindfullnes based stress reduction) und erste praktische Anregungen für das Training der Stress-Resistenz. Die Achtsamkeits-Meditation stärkt positive Gedanken und Gefühle und mindert Stressreaktionen. Außerdem verbessert sie nachweislich die Gelassenheit. Um die Methode praktisch auszuprobieren, wird eine längere Meditation im Sitzen und in der sanften Bewegung angeleitet. Die Veranstaltung ist gleichzeitig als Einführungsabend für den MBSR-8-Wochen-Kurs (286852L) konzipiert, wobei sie aber auch unabhängig davon besucht werden kann. In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen.

Sandra Brodtmann
Di, 29.09.2015, 19:15-21:45 Uhr
Haus der Volkshochschule, Schulstr. 19, Gerlingen, Studio 1.1.
11,00 € (keine Ermäßigung)

286852L
MBSR (mindfulness based stress reduction) nach Jon Kabat-Zinn
Stressbewältigung durch Achtsamkeit
Das MBSR ist ein Achtsamkeits-Training. Es ist für den kompetenten Umgang mit Stress entwickelt worden. Die Wirksamkeit ist wissenschaftlich nachgewiesen. Der Kurs ist für Alle geeignet, die beruflich, in Beziehungen oder durch Krankheit Stress erleben und innere Ruhe und Gelassenheit finden möchten.
Zentraler Bestandteil des Kurses sind zwei Arten der Achtsamkeits-Meditationen:
- formelle Übungen im Liegen, Sitzen, Gehen und in der sanften Körper-Arbeit
- informelle Übungen bei alltäglichen Tätigkeiten und in zwischenmenschlichen Begegnungen.

Zum Kurs gehören außerdem Kurzvorträge zu den zentralen Themen der Stressforschung und der Austausch in der Gruppe. Das selbstständige Üben (30 - 45 Minuten täglich) ist ein ebenfalls wesentlicher Bestandteil des Kurses. Zur Unterstützung erwerben die Kursteilnehmer ein Arbeitsbuch und CDs im Kurs für 30,00 Euro. Zur Klärung, ob eine Teilnahme am Kurs im Moment sinnvoll ist, wird den Teilnehmern vor Kursbeginn ein Fragebogen zugeschickt, den sie an die Kursleiterin senden. Bei Bedarf kann auch ein Gespräch vorab stattfinden. Die Teilnahme am vorbereitenden Workshop (Nr. 286752L) ist empfehlenswert, aber nicht Bedingung. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, großes Handtuch als Mattenauflage, eine Decke, Wasser und evtl. Schreibzeug. In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen.

Sandra Brothmann
8 mal ab Di, 13.10.2015, 19:15-21:45 Uhr
und Sa, 21.11.2015, 10:00-16:00 Uhr
Haus der Volkshochschule, Schulstr. 19, Gerlingen, Studio 1.1.
178,00 € (keine Ermäßigung)

286952L *Wochenende*
Hilfe zur Selbsthilfe für Ruhe und Gelassenheit
Dieses Seminar bietet Ihnen eine Einführung in verschiedene Entspannungs- und Mentaltechniken:
- Progressive Muskelrelaxation
- Autogenes Training
- Selbsthypnose
- Brain-Gym® aus der Kinesiologie
- Phantasiereisen
- Kurzentspannungsübungen für kleine Pausen am Arbeitsplatz

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, kleines Kissen, Getränk.

Maria Hummel
Sa, 10.10.2015, 10:00-13:00 Uhr
vhs, Raum 114
13,00 €

287052L
Autogenes Training Grundkurs
Grundkurs - Intensive Entspannung
Das Autogene Training ist ein Weg, einen Zustand des Entspanntseins und der Ausgeglichenheit zu erreichen. Durch systematisches Trainieren können allgemeine Spannungszustände, Stress-Symptome, Nervosität, Gefühle von Hektik und Überlastung beseitigt und psychosomatische Beschwerden wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen u.a.m. positiv beeinflusst werden. Einfache Vitalisierungsübungen und (auf Wunsch) Phantasiereisen runden diesen Kurs ab.
Bitte mitbringen: warme, nicht einengende Kleidung, warme Socken, Wolldecke, kleines Kissen.

Tim Pattosien
mittwochs, 19:45-21:30 Uhr
8 mal ab Mi, 14.10.2015
vhs, Raum 114
59,00 €

287152L *Wochenende*
Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
Erleben Sie wunderbare Entspannung durch 5 Varianten in einem Seminar
Die Progressive Muskelentspannung (PM) ist ein sehr effektives und dabei leicht zu erlernendes Entspannungsverfahren, das bei Muskelverspannungen, chronischen Schmerzen und alltäglichem Stress ebenso eingesetzt werden kann wie bei Schlaf- und Konzentrationsstörungen. Es bietet im Alltag eine wirksame Hilfe, ein tieferes Entspannungsgefühl zu entwickeln, gelassener und ruhiger zu werden, Verspannungen früher wahrzunehmen und schneller abzubauen. Einfache Vitalisierungsübungen und (auf Wunsch) PM-Phantasiereisen runden diesen Kurs ab. Bitte mitbringen: warme, nicht einengende Kleidung, warme Socken, Wolldecke, kleines Kissen oder Nackenrolle.

Tim Pattosien
Sa, 21.11.2015, 10:00-17:00 Uhr
inkl. 1 Std. Mittagspause
vhs, Raum 114
25,00 €

Entspannung



287252L *Wochenende*

Massage und Wellness-Highlights

Einfache und entspannende, aber auch effektive und kräftige Griffe aus der klassischen Massage, sowie mancher Trick aus Wellness und Entspannung garantieren ein schönes, revitalisierendes und informatives Erlebnis. Von einem erfahrenen Dozenten und Therapeuten erlernen Sie eine Massage an Rücken, Armen, Händen und Beinen und sind nach diesem Workshop selbst in der Lage Wellness-Massagen im Freundes- oder Bekanntenkreis zu geben. Bitte bequeme Kleidung, zwei Badelaken, eine Decke und Massageöl mitbringen. Die Teilnahme an diesem Kurs ist nur **paarweise** möglich. Bitte geben Sie bei der Anmeldung **nur einen Namen** an.

Robert Martin Seyfert
Sa, 24.10.2015, 09:00-17:00 Uhr
inkl. Pausen nach Absprache
vhs, Raum 105
68,00 € (pro Paar; keine Ermäßigung)

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

287352L *Wochenende*

Hilfe bei Nacken- und Rückenschmerzen

In diesem Kompakt-Kurs erlernen Sie von einem erfahrenen Trainer die effektivsten Massagegriffe und Techniken um für den Hausgebrauch schnelle Linderung, bei Rücken-, Nacken- und Schulterbeschwerden herbeizuführen. Dies ist ein reiner Praxiskurs! Bitte bequeme Kleidung, zwei Badelaken, eine Decke und Massageöl mitbringen. Die Teilnahme an diesem Kurs ist nur **paarweise** möglich. Bitte geben Sie bei der Anmeldung **nur einen Namen** an.

Robert Martin Seyfert
Sa, 24.10.2015, 17:15-20:15 Uhr
vhs, Raum 105
28,00 € (pro Paar, keine Ermäßigung)

Meditation



287452L *Wochenende*

Einführung in die Meditation

Lernen Sie die wirkungsvollste Meditationsform kennen

Meditation zielt - anders als bloße Entspannung - darauf ab, den allzu sehr umherschweifenden Geist des Menschen zur Ruhe kommen zu lassen und dadurch einsichtsfähig für die persönliche Lebenssituation zu machen. Die eigene Fähigkeit Probleme zu lösen und richtige Entscheidungen zu treffen kann dadurch enorm gesteigert werden. Die Teilnehmer lernen zuerst wie wichtig es ist im eigenen körperlichen Schwerpunkt zu sitzen (auf Boden oder Stuhl). Dann werden fünf verschiedene, für jeden und für jedes Alter durchführbare Meditationstechniken vorgestellt, gemeinsam praktiziert und die Wirkung besprochen. Die verwendeten Techniken haben alle das Loslassen des eigenen Atems mit Hilfe verschiedener Achtsamkeits-Aufgaben zum Ziel. Sie entstammen fernöstlichen Traditionen, sind klar und eindeutig und passen daher gut zu unserer Mentalität. Ziel des Seminars ist es die für einen selbst wirkungsvollste Meditationstechnik, die individuell sehr verschieden sein kann, herauszufinden, um sie auch zu Hause weiter-üben zu können. Bitte mitbringen: normale Kleidung, zwei große, dicke Decken und kohlensäurefreies Mineralwasser. In Zusammenarbeit mit der vhs Gerlingen.

Martin Noll
Sa, 20.02.2016, 14:00-18:00 Uhr
Seniorenwohnanlage Gerlingen, Schillerstr. 2, Gemeinschaftsraum
39,00 € (keine Ermäßigung)





Medizinische Gymnastik / Seniorengymnastik / Gymnastik / Fitness / Studiokurse / Wasserkurse

Fachauskunft: Cornelia Kriegler, Tel. 07152 3099-45
Verwaltung: N.N.

Medizinische Gymnastik/ Seniorengymnastik

300152LS GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*
Wirbelsäulengymnastik für Senioren
auch bei Rheuma und Arthrose geeignet
Gezielte krankengymnastisch orientierte Dehn- und Kräftigungsübungen gleichen Bewegungsmangel und Fehlbelastungen aus. Übungen zur Körperwahrnehmung und Entspannung können helfen, Bewegungseinschränkungen vorzubeugen und unser seelisches Wohlbefinden zu steigern. Die Übungen finden überwiegend auf dem Hocker und der Matte statt. Die Krankengymnastin Frau Gatzki gibt zudem auch Tipps zum Gelenkschutz und rückenschonenden Alltagsverhalten. **Der Kurs ist auch für ältere Teilnehmer/innen geeignet. Bitte sprechen Sie die Teilnahme mit dem Arzt ab.** Bitte mitbringen: Decke und Kissen.

Katrin Gatzki
montags, 09:25-10:25 Uhr
13 mal ab Mo, 28.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
55,00 €

300252LS *für Frauen*
Mehr Bewusstsein für den Beckenboden
Einführungskurs
„Was Frau kennt, kann sie üben". Deshalb kommen Sie und lernen Ihren Beckenboden in Theorie und Praxis kennen! Dieser Kurs ist geeignet für Frauen ohne und mit Inkontinenzproblemen, vor und nach einer Operation, Frauen mit Beschwerden durch eine Senkung des Beckenbodens. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte.

Andrea Sonder
mittwochs, 19:30-21:00 Uhr
4 mal ab Mi, 30.09.2015
Haus der Begegnung, Gymnastikraum
27,00 € (keine Ermäßigung)

300352LS *für Frauen*
Beckenbodentraining einmal im Monat
Wenn Sie den Einführungskurs besucht haben und noch etwas mehr für sich tun möchten, dann sind Sie hier richtig. Wir wiederholen gelernte Übungen, steigern ihre Intensität und lernen Neues dazu. Ein gesunder Beckenboden sorgt für einen selbstbewussten Auftritt. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte.

Andrea Sonder
mittwochs, 18:30-19:30 Uhr
Mi, 30.09./ 28.10./ 25.11./16.12.2015 und 27.01.2016
Haus der Begegnung, Gymnastikraum
23,00 € (keine Ermäßigung)

300452L
Venentraining
für Jung und Alt
Haben Sie oft schwere Beine? Neigen Sie zu kalten Füßen? Dann ist es besonders wichtig, die Muskeln am Bein zu trainieren, um damit die Muskelpumpe in den Beinen in Gang zu setzen. Durch den Druck der Muskulatur bei der Anspannung auf die Venen fördert man den Rücktransport des Blutes in den Körperkreislauf und das schwere Gefühl in den Beinen nimmt ab. Damit Sie wieder „leichtfüßig" durch das Jahr kommen, setzen wir durch gezieltes Training die Muskelpumpen in Gang, auch die der wichtigen Wadenmuskelpumpe. Auch Personen, die schon Erfahrung mit Venenschwäche oder einer Beinthrombose haben, sind hier richtig. Bitte Socken und bequeme Kleidung mitbringen. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte.

Martina Roggendorff-Langner
mittwochs, 19:20-20:20 Uhr
Mi, 30.09./28.10./25.11./16.12.2015 und 20.01.2016
Haus der Begegnung
23,00 € (keine Ermäßigung)



Fitness mit und auf dem Stuhl
Möchten Sie einen sanften Weg wählen, um Ihre Muskeln aufzubauen? Wünschen Sie Sich Ihre Beweglichkeit zu erhalten oder sogar noch zu steigern? Wollen Sie sich insgesamt fit halten? Bei uns bekommen Sie Anregungen für eine lockere, entspannte Stuhlgymnastik. Wir üben mit und ohne Kleingeräte (z.B. Bälle, Stäbe und Säckchen) und mit viel Lachen und Fröhlichkeit - denn Lachen fördert die Gesundheit und die Bauchmuskulatur. Wir überlassen uns der Musik bei tänzerischen und entspannten Bewegungen und wir bauen unsere Durchhaltekraft auf, denn ausdauerorientierte Bewegungen finden ebenfalls Platz in unserer Runde. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte.

300952LS *nachmittags*
Martina Roggendorff-Langner
montags, 16:15-17:00 Uhr
7 mal ab Mo, 14.09.2015
Haus der Begegnung
19,00 € (keine Ermäßigung)

301052LS *nachmittags*
Martina Roggendorff-Langner
montags, 16:15-17:00 Uhr
9 mal ab Mo, 09.11.2015
Haus der Begegnung
25,00 € (keine Ermäßigung)

Fit und beweglich im Alter
Übungen im Stand und auf dem Hocker
Gesundheit und Beweglichkeit ist Lebensqualität! Wer seinen Ruhestand richtig genießen möchte, darf seine körperliche Fitness nicht vernachlässigen. Mit viel Spaß verbessern wir Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Reaktion. Wir halten das Herz-Kreislauf-System in Schwung und haben auch ein Augenmerk auf die geistige Fitness. Übungen zur Entspannung und Körperwahrnehmung sind in die Stunde integriert. **Geeignet ab 60 Jahren.**

301152LS GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*
Andrea Michl
montags, 11:00-12:00 Uhr
12 mal ab Mo, 28.09.2015
Bürgerzentrum Stadtmitte
49,00 €

301252LS *vormittags*
Rosemarie Herrmann
dienstags, 09:00-10:00 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Steinturnhalle
58,00 €

Fit und beweglich
Gymnastik für Damen 60 +
In netter Runde und mit viel Spaß mobilisieren wir vorsichtig die Gelenke, dehnen verkürzte Muskeln und bauen durch einfache, aber gezielte Übungen unsere Muskulatur auf. Die ganzheitliche Gymnastik fördert die Geschicklichkeit und Koordination und wirkt sich positiv auf das Gleichgewicht aus. Wir lernen Alltagsbewegungen rücken- und gelenkschonender zu gestalten und legen dabei auch großen Wert auf eine gute Atmung. **Bei gesundheitlichen Bedenken bitte die Teilnahme mit dem Arzt abklären!** Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung und -schuhe sowie Anti-Rutschsocken, kleines Kissen und Handtuch.

301352LS GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*
Katrin Gatzki
mittwochs, 09:25-10:25 Uhr
13 mal ab Mi, 30.09.2015
Steinturnhalle
55,00 €

301452LS GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*
Katrin Gatzki
mittwochs, 10:30-11:30 Uhr
13 mal ab Mi, 30.09.2015
Steinturnhalle
55,00 €

Haltungsgymnastik für Senioren/-innen
Mit moderner Gymnastik bringen wir unseren ganzen Körper in Schwung und gleichen Bewegungsmangel und Fehlbelastungen aus. Gezielte krankengymnastisch orientierte Dehn- und Kräftigungsübungen regulieren muskuläre Ungleichheiten. Entspannungsübungen lösen nicht nur körperlichen Stress, sondern steigern auch unser seelisches Wohlbefinden. Darüber hinaus lernen wir, unsere Alltagsbewegungen rücken- und gelenkschonender zu gestalten.

301552LS GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*
Katrin Gatzki
montags, 10:30-11:30 Uhr
13 mal ab Mo, 28.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
55,00 €

301652LS GEMEINSAM AUF KURS
Ulrike Streich
montags, 18:00-19:00 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Georgii-Halle, Halle II
58,00 €

301752LS GEMEINSAM AUF KURS
Ulrike Streich
montags, 19:05-20:05 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Georgii-Halle, Halle II
58,00 €

Seniorengymnastik / Gymnastik / Fitness

Grundsätzlich sollte bei gesundheitlichen Bedenken vor der Anmeldung die Teilnahme mit dem behandelnden Arzt abgesprochen werden.



Sanftes Ganzkörpertraining und Entspannung
Zu zweit macht´s doppelt Spaß!
Hier wird besonders auf pfiffige Partnerübungen Wert gelegt, die den Spaßfaktor enorm steigern. Ob Damenpaare, Herrenpaare oder gemischt: Lachen Sie mit Ihrem Mann, Ihrer Tochter, Ihrer Nachbarin... Denn Lachen und Fröhlichkeit fördert die Gesundheit und trainiert die Bauchmuskulatur. Muskeln werden mit gezielten Übungen sanft, aber effektiv gekräftigt und gedehnt, Gelenke mobilisiert und die Ausdauer verbessert. Es wird mit und ohne Kleingeräte geübt. Mit Entspannungsübungen, die das seelische Wohlbefinden steigern, klingt die Stunde aus. Bitte bequeme Trainigskleidung, dicke Socken, Decke und Kissen mitbringen.

302052LS *vormittags*
Schnupperstunde
Rosemarie Herrmann
Di, 29.09.2015, 10:15-11:15 Uhr
Steinturnhalle
5,00 € (pro Person; keine Ermäßigung)

302152LS *vormittags*
Rosemarie Herrmann
dienstags, 10:15-11:15 Uhr
10 mal ab Di, 06.10.2015
Steinturnhalle
49,00 € (pro Person)

302252LS
Zumba® Gold
Der Fatburner-Fitnesstrend 50 +
Zumba Gold® legt seinen Hauptfokus auf die größte, wachsende Menge der Zumba® Fitness-Begeisterten. Das Programm nimmt die bislang bewährten Bestandteile einer regulären Zumba® Fitness-Stunde auf und verändert bzw. passt Schritte, Verlauf und Tempo dieser an die Anforderungen der aktiven, älteren Generation an, also auch an Menschen mit verschiedenen Krankheitsbildern bzw. Verletzungen und jene, die noch am Anfang ihrer Fitnessaktivitäten stehen und sich gerade mit Zumba® Fitness ihren Weg in ein fitteres Leben bahnen möchten. Alles andere bleibt gleich: Die heiße Latino-Musik, die Salsa, Merengue, Cumbia und vieles mehr vereint, die Spaß bringenden, einfachen Bewegungen und natürlich die große Party-Stimmung wird man auch in dieser Stunde nicht missen!

Patricia Donerson
montags, 18:20-19:20 Uhr
12 mal ab Mo, 28.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Aula
49,00 €

Gymnastik/Fitness

Viele gesetzliche Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie ihren Versicherten bezuschussen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung zu einem vhs-Kurs!
Nach Kursende können Sie von uns bei entsprechender Teilnahme eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten. Sie erhalten diese bei Abholung kostenlos oder gegen Gebühr bei Zusendung.

Zumba® Fitness
Der Fatburner-Fitnesstrend für Alle!
Der „Entdecker" dieses Fitness-Konzepts, Alberto Perez, hat durch seine südamerikanischen Wurzeln und seine Liebe zur feurigen Musik ein Cardiotraining mit Tanzschritten zu einem fetzigen Tanz-Workout vermischt. Zumba® vereint Salsa, Samba, Merengue und Cumbia, aber auch Hip Hop und orientalischen Tanz zu einem anspruchsvollen tänzerischen Ausdauertraining. **Für Zumba® braucht man keine tänzerischen Vorkenntnisse, auch Teenager ab 14 Jahren sind herzlich willkommen!**

320152L
Patricia Donerson
montags, 19:25-20:25 Uhr
12 mal ab Mo, 28.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Aula
49,00 €

320352L
Daniela Deac
dienstags, 18:45-19:45 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
58,00 €

320452L
Daniela Deac
dienstags, 20:00-21:00 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
58,00 €

321052L *Wochenende*
Patricia Donerson
samstags, 09:00-10:00 Uhr
11 mal ab Sa, 10.10.2015
Georgii-Halle, Halle III
46,00 €

321152L *Wochenende*
Patricia Donerson
samstags, 10:15-11:15 Uhr
11 mal ab Sa, 10.10.2015
Georgii-Halle, Halle III
46,00 €

321252L *Wochenende*
Zumba® für Alle!
Der Fatburner-Fitnesstrend! für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren
Hier erwartet Sie ein ganz besonderes Event! Erleben Sie einen **Zumba® -Nachmittag mit vier super Zumba® -Presenterinnen und DJ Ortezz.** Der „Entdecker" dieses Fitness-Konzepts, Alberto Perez, hat durch seine südamerikanischen Wurzeln und seine Liebe zur feurigen Musik ein Cardiotraining mit Tanzschritten zu einem fetzigen Tanz-Workout vermischt. Zumba® vereint Salsa, Samba, Merengue und Cumbia, aber auch Hip Hop und orientalischen Tanz zu einem anspruchsvollen tänzerischen Ausdauertraining. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Zumba® - Fitness, ditch the workout, join the Party! Bitte in Sportkleidung und Turnschuhen kommen, ausreichend Getränke und Handtuch mitbringen.

Patricia Donerson, Melanie Fischer, Daniela Deac und Vanessa Schnorr
So, 29.11.2015, 14:30-16:45 Uhr
Steinturnhalle
12,00 € (keine Ermäßigung)

Haltungsgymnastik
Mit moderner Gymnastik bringen wir unseren ganzen Körper in Schwung und gleichen Bewegungsmangel und Fehlbelastungen aus. Gezielte krankengymnastisch orientierte Dehn- und Kräftigungsübungen regulieren muskuläre Ungleichheiten. Entspannungsübungen lösen nicht nur körperlichen Stress, sondern steigern auch unser seelisches Wohlbefinden. Darüber hinaus lernen wir, unsere Alltagsbewegungen rücken- und gelenkschonender zu gestalten.

321552L *nachmittags*
Stabilisation, Koordination, Kräftigung
Bitte Gymnastikmatte mitbringen!

Ulrike Schmauder
dienstags, 14:00-15:00 Uhr
10 mal ab Di, 06.10.2015
Gäublickhalle Gebersheim, Bühne
49,00 €

321652L GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*
Karin Kretzschmar
dienstags, 09:30-10:30 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
58,00 €

321752L GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*
Karin Kretzschmar
dienstags, 10:40-11:40 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
58,00 €

321852L
Rosemarie Saible
mittwochs, 18:00-19:00 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Sophie-Scholl-Grundschule, Gymnastikraum
58,00 €

Rückenpower - Ihr Weg zu einem starken Rücken
Nie mehr Rückenschmerzen!!! In diesem Gesundheitskurs kommen Sie diesem Ziel einen großen Schritt näher. Gewinnen Sie an Ausstrahlung und fühlen Sie sich wieder wohl in Ihrem Körper. Ein effektives Ganzkörpertraining mit dem Schwerpunkt Rückenmuskulatur gleicht gezielt Muskeldysbalancen aus. Hier wird auf flotte Musik und mit verschiedenen Kleingeräten (Theraband, Softball, Hanteln) auch die Kraftausdauer geübt. Gezielte Dehnungen verbessern Ihre Gelenk- und Wirbelsäulenbeweglichkeit. Lassen Sie sich für diesen Präventionskurs mit unserer Physiotherapeutin und Rückenschullehrerin (BdR) Frau Hummel begeistern und melden Sie sich noch heute an!
Bei gesundheitlichen Bedenken Teilnahme bitte vorher mit dem Arzt absprechen.
Bitte ziehen Sie Hallensportschuhe und bequeme Gymnastikkleidung an.

321952L GEMEINSAM AUF KURS
Maria Hummel
montags, 18:20-19:20 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
58,00 €

322052L 

Maria Hummel
montags, 19:25-20:25 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
58,00 €

322152L 

Maria Hummel
donnerstags, 18:05-19:05 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Georgii-Halle, Halle III
58,00 €

322252L 

Maria Hummel
donnerstags, 19:15-20:15 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Georgii-Halle, Halle III
58,00 €

An Kursen, die mit „T" und diesem Logo gekennzeichnet sind können Versicherte der AOK – Die Gesundheitskasse Stuttgart-Böblingen kostenfrei teilnehmen, sofern uns ein entsprechender Gutschein bei der Anmeldung vorgelegt wird.



322752L *nachmittags*

Ismakogie®: Mentales Körpertraining

Kleine Bewegungen - große Wirkung!

Unter Ismakogie® versteht man eine Haltungs- und Bewegungslehre. Mit ihrer Hilfe findet der Körper zurück zu natürlichen, ökonomischen und somit beschwerdefreien Bewegungen. Kleinste Übungen sensibilisieren das Körpergefühl, schulen die eigene Körperbalance und fördern die Durchblutung und Konzentration. Ismakogie® lockert durch sanfte Bewegungsübungen Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich, arbeitet an der Aufrichtung der Wirbelsäule, kräftigt die Muskulatur und regt den Stoffwechsel und Kreislauf an. Die Beweglichkeit wird verbessert, wodurch einseitige Beanspruchungen vermieden werden. Von Vorteil ist auch, dass sich das Erlernte in den Alltag integrieren lässt. Bitte bequeme Kleidung sowie warme Socken mitbringen. In Kooperation mit dem Bürgerzentrum Stadtmitte.

Karin Kretzschmar
dienstags, 14:00-15:00 Uhr
10 mal ab Di, 06.10.2015
Bürgerzentrum Stadtmitte, Raum 1
55,00 €



322952L  *nachmittags*

Fuß-, Knie- und Hüftschule

Hocker- und Mattengymnastik für Damen und Herren

Für stabile Knie- und Hüftgelenke sollten Sie selbst aktiv werden, indem Sie Ihre Beinmuskulatur ganz gezielt belasten, trainieren und dehnen. Unsere Physiotherapeutin, Frau Michl, führt Sie engagiert durch abwechslungsreiche und individuell angepasste Kursstunden. Da stabile und kräftige Füße Voraussetzung für eine natürliche und gesunde Beinbelastung sind, werden diese im Kurs mit einbezogen. **Das ganzheitliche Kurskonzept ist auch für Teilnehmer/innen nach Operationen geeignet.**

Andrea Michl
dienstags, 15:00-16:00 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 114
52,00 €

323552L *vormittags*

Sanftes Ganzkörpertraining und Entspannung

Funktionelle Gymnastik, Pilates und Yoga

Die Muskeln werden sanft und effektiv gekräftigt und gedehnt, die Gelenke werden mobilisiert und der gesamte Organismus mit Sauerstoff versorgt. Zum Einsatz kommen Theraband, Weichball und Pilatesring. Mit verschiedenen Entspannungsmethoden klingt die Stunde aus. **Für alle Altersklassen optimal geeignet.** Bitte dicke Socken und Handtuch mitbringen.

Martina Tröber
freitags, 10:10-11:10 Uhr
14 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Konferenzraum
58,00 €

Bitte beachten Sie auch den Kurs „Bewegungskunst auf dem asiatischen Kontinent Escrima – Taiji – Qigong – Yoga – Buthotanz" (Nr. 284152L) unter „Entspannung".

Pilates

Ein ganzheitliches Fitnessangebot für Körper, Geist und Seele

Im Trainingsprogramm von Joseph Pilates steht der ganzheitliche Ansatz, der Körper und Geist gleichermaßen fordert, im Vordergrund. Die Basis der Übungen bildet die aktive Körpermitte, verbunden mit einer präzisen Übungsausführung und unter Einsatz der Atemkontrolle.Es ist eine sanfte und zugleich auch dynamische Fitnessmethode um mehr Muskelkraft, eine verbesserte Körperhaltung, eine flexiblere Muskulatur sowie eine erhöhte Konzentration zu erreichen. Pilates bietet eine harmonische Verbindung von bewusst ausgeführten Bewegungen und aktiver Entspannung, sensibilisiert die Körperwahrnehmung und vertieft das Körperbewusstsein. Diese Trainingsmethode ist hervorragend zum Stressabbau und **für alle Altersstufen optimal geeignet.**

324052L  *vormittags*

für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Martina Roggendorff-Langner
mittwochs, 08:00-08:55 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
55,00 €

324152L *für Frauen*

für Anfänger/innen und Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

Marion Neef
mittwochs, 20:15-21:10 Uhr
12 mal ab Mi, 30.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Aula
46,00 €

324252L *für Frauen*

für Fortgeschrittene

Marion Neef
mittwochs, 19:10-20:05 Uhr
12 mal ab Mi, 30.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Aula
46,00 €

324352L *vormittags*

für Teilnehmer/innen mit und ohne Vorkenntnisse

Martina Tröber
freitags, 09:00-10:00 Uhr
14 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Konferenzraum
58,00 €

324652L *vormittags*

Gesundheit durch Fitness, Spaß und Entspannung

Wir beginnen diesen Kurs jeweils mit einem Aerobicteil. Zum Rhythmus der Musik folgen Übungen zur Beweglichkeit, Kraft sowie zur Schulung unserer Koordination. Unseren gemeinsamen Schwung genießen wir in Kreistänzen aus aller Welt bzw. zu modernen Tanzschritten. Ausklingend kommen wir in Entspannungsübungen äußerlich und innerlich wieder zur Ruhe.

Martina Roggendorff-Langner
mittwochs, 09:00-10:15 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Georgii-Halle, Halle III
74,00 €

324752L

Fit und gesund

Ziel ist es, durch intensives Training dem alltäglichen Bewegungsmangel entgegenzuwirken und dem Körper Haltung, Kraft und Beweglichkeit zu vermitteln. Gezielt kräftigen wir vernachlässigte Muskelgruppen (z.B. Bauch, Beine, Po) und machen gestresste Muskeln durch Dehnungsübungen wieder geschmeidig.

Rosemarie Saible
mittwochs, 19:10-20:10 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Sophie-Scholl-Grundschule, Gymnastikraum
58,00 €

324952L

BBP / Stretching

Wir rücken den Problemzonen auf den Leib und straffen Bauch, Beine und Po mit verschiedensten Übungen. Mit Stretching dehnen wir unsere Muskulatur und machen die Gelenke beweglicher, wodurch eine freie Atmung ermöglicht wird und so zu einem neuen Wohlbefinden führt, unabhängig von Alter, Geschlecht und Kondition. Ziel ist auch, sich seiner Körperlichkeit bewusst zu werden, Signale des Körpers wahrzunehmen und mögliche Verspannungen selbst zu reduzieren. Bitte mitbringen: Handtuch, bequeme Kleidung.

June Pflüger
mittwochs, 18:30-19:30 Uhr
13 mal ab Mi, 30.09.2015
Kinderhaus Kunterbunt Höfingen, Mehrzweckraum
55,00 €

Bauch - Beine - Po

... und andere Problemzonen, wie z. B. die Rückseite der Oberarme oder der Rücken machen uns immer wieder zu schaffen. Dass Straffung der Problemzonen auch Spaß machen kann, zeigt dieser Kurs. Figurtraining mit Pfiff. Zur Intensitätssteigerung werden wir teilweise mit Handgeräten (Hanteln, Therabändern u.a.) arbeiten. Bitte kommen Sie in bequemer Sportkleidung und bringen Sie Sportschuhe und gute Laune mit.

325052L *für Frauen*

Karin Wörner
donnerstags, 18:50-19:50 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Aula
49,00 €

325152L *für Frauen*

Karin Wörner
donnerstags, 20:00-21:00 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Aula
49,00 €

Fitness / Studiokurse / Wasserkurse



Fitness-Mix
Der Name sagt es schon - von allem etwas. Vom Krafttraining bis zum Stretching beim harmonischen Ausklang ist alles dabei! Dieser Kurs bietet eine Mischung, die Spaß macht und bestens geeignet ist, um Problemzonen anzugehen. Vor allem haben wir viel Spaß bei den schweißtreibenden Übungen, natürlich mit abwechslungsreicher Musik, die uns animiert und inspiriert. Bitte bringen Sie ein Handtuch, geeignete Schuhe und ein Getränk mit.

325252L *für Frauen*
Fatburner - BBP - Pilates - Stretching und mehr

Marion Neef
mittwochs, 18:00-19:00 Uhr
12 mal ab Mi, 30.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Aula
49,00 €

325352L *nachmittags*
Ganzkörperkräftigung und Ausdauer
Bitte Gymnastikmatte mitbringen!

Ulrike Schmauder
dienstags, 15:00-16:00 Uhr
10 mal ab Di, 06.10.2015
Gäublickhalle Gebersheim, Bühne
49,00 €



325552L
Fitnesskonzept X-Do®
Fit mit Box-Aerobic
X-DO® ist ein Fitnesskonzept, das ohne aufwändige Choreographie Elemente aus dem Taekwondo und dem Boxen zu einem energiereichen Ganzkörpertraining mit viel Power und Spaß verbindet. Dieses Fitnesstraining ist besonders für Teilnehmer geeignet, die ihre Kondition verbessern, ihr Körperbewusstsein fördern, Fett abbauen und verschiedene Muskelgruppen aufbauen möchten. Das Power-Workout wird mit einer Entspannungsphase abgeschlossen, die den Stressabbau fördert und zum Wohlbefinden von Körper und Geist beiträgt. Bitte bringen Sie Sportbekleidung, feste Sportschuhe, ein Handtuch und genügend zu trinken mit.

Nathalie Tsitas
mittwochs, 18:45-19:30 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Mörikeschule, Gymnastiksaal
43,00 €



Fitnessgymnastik für Männer
Ein effektives Ganzkörpertraining für Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit mit und ohne Kleingeräte.

325652L
Karin Wörner
dienstags, 18:50-19:50 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Aula
49,00 €

325752L
Karin Wörner
dienstags, 20:00-21:00 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Aula
49,00 €

Studiokurse



Rückenfit
Über Ganzkörperstabilisation durch propriozeptive Übungen (sensomotorisch, auf instabilem Untergrund) wird die Tiefenmuskulatur, die willkürlich nicht ansteuerbar ist und durch ihre reflexartige Reaktion die Korrektur der Körpermitte steuert, trainiert. Die ideale Prophylaxe gegen Gelenksverletzungen. Es kommen verschiedene Kleingeräte zum Einsatz, um das Rückentraining abzurunden.

Schnupperstunde
Angela Heller
Mi, 30.09.2015, 18:30-19:15 Uhr
My PT Lounge
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

326252L
Angela Heller
mittwochs, 18:20-19:20 Uhr
12 mal ab Mi, 14.10.2015
My PT Lounge
68,00 € (keine Ermäßigung)

Bodystyling
Kräftigung von Kopf bis Fuß
Mit Musik bringen wir zuerst unser Herz-Kreislauf-System in Schwung und mobilisieren unsere Gelenke. Danach folgt ein Ganzkörpertraining, auch mit variablen Zusatzgeräten (Hanteln, Theraband u. a.). Wir erreichen eine bessere Haltung und steigern unsere Fitness. Die Stunde beenden wir mit Dehnungs- und Entspannungsübungen. Bitte feste Turnschuhe, Handtuch und Getränk mitbringen.

Schnupperstunde
Angela Heller
Mi, 30.09.2015, 19:30-20:15 Uhr
My PT Lounge
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

326452L
Angela Heller
mittwochs, 19:30-20:30 Uhr
12 mal ab Mi, 14.10.2015
My PT Lounge
68,00 € (keine Ermäßigung)

Zumba® Fitness
Der Fatburner-Fitnesstrend für Alle!
Der „Entdecker“ dieses Fitness-Konzepts, Alberto Perez, hat durch seine südamerikanischen Wurzeln und seine Liebe zur feurigen Musik ein Cardiotraining mit Tanzschritten zu einem fetzigen Tanz-Workout vermischt. Zumba® vereint Salsa, Samba, Merengue und Cumbia, aber auch Hip Hop und orientalischen Tanz zu einem anspruchsvollen tänzerischen Ausdauertraining. **Für Zumba® braucht man keine tänzerischen Vorkenntnisse, auch Teenager ab 14 Jahren sind herzlich willkommen!**

Schnupperstunde
Vanessa Schnorr
Do, 24.09.2015, 18:00-18:45 Uhr
My PT Lounge
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

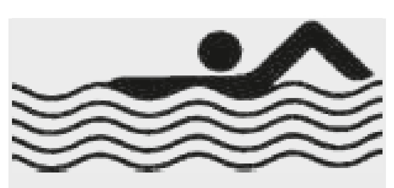
326852L
Vanessa Schnorr
donnerstags, 18:00-19:00 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
My PT Lounge
56,00 € (keine Ermäßigung)

326952L *Wochenende*
Patricia Donerson
freitags, 19:10-20:10 Uhr
12 mal ab Fr, 02.10.2015
My PT Lounge
56,00 € (keine Ermäßigung)

327152L *Wochenende*
Piloxing®
Effektives Ausdauerworkout - Mix aus Pilates, Boxen und Tanz
Ganz Hollywood ist derzeit im Piloxing®-Fieber und damit schwappt eine neue Trendsportart nach Deutschland. Piloxing verbindet die effektivsten Übungen aus Pilates, Boxen und Tanz. Es ist ein schweißtreibendes „Non-Stop“-Intervall-Training, das Fett verbrennt, Muskeln aufbaut, das Herz-Kreislauf-System trainiert und effektiv den Körper formt und strafft. Gleichzeitig wird das Herz-Kreislauf-System gestärkt. Piloxing® ist immer von motivierender, lauter Musik mit schnellen Beats begleitet, die für Stimmung sorgt und beim Durchhalten hilft. Bitte mitbringen: Rutschstoppersocken, Handtuch, Getränk, evtl. 500 g Gewichtshandschuhe (online bestellbar unter www.piloxingeurope.com).

Patricia Donerson
freitags, 18:05-19:05 Uhr
12 mal ab Fr, 02.10.2015
My PT Lounge
68,00 € (keine Ermäßigung)

Wasserkurse



Info für alle „Wasserkurse“
Bei allen Kursen im **Hallenbad** Leonberg ist der Eintritt bereits im Kurspreis enthalten. Bitte kommen Sie am ersten Kurstag spätestens 10 Minuten vor Kursbeginn. Sie erhalten die Eintrittskarte (Eintritte mit 90 Min. Sporttarif mit Geldwertkartenrabatt) im Eingangsbereich. Die Karten sind DI - SO gültig und können gegen 1,50 € zur Tageskarte aufgebucht werden. **Alle Kurse, die außerhalb der öffentlichen Öffnungszeiten stattfinden** (alle Montagskurse und der erste Samstagskurs) können nur Kurseintrittskarten erhalten, die nur **zu den Kurszeiten und -terminen gültig sind,** also nicht zur Tageskarte aufbuchbar sind. Kurseintrittskarten können im Falle einer Umbuchung nicht umgetauscht werden. In der **K.-G.-Haldenwang-Schule** fallen keine Eintrittskosten an.
Bei gesundheitlichen Bedenken bitte die Teilnahme mit dem Arzt abklären. Für Kurse im tiefen Becken müssen die Teilnehmenden schwimmen können.

327552L
Aqua-Gymnastik spezial
Dieser Kurs soll besonders **Senioren/innen,** Menschen nach einer **Rehabilitation,** Personen mit Arthrosen, nach **Knie-, Hüft-Operationen** etc. als zusätzliche Ergänzung zur Krankengymnastik ansprechen. Durch das Bewegen im warmen, 1,30 m tiefen Wasser wird das Eigengewicht reduziert, was sich gelenkschonend auswirkt. Übungen zur Beweglichkeit werden ergänzt mit Übungen gegen den Wasserwiderstand, die die Muskulatur aufbauen, den Stütz- und Bewegungsapparat stabilisieren und wirkungsvoll das Herz- und Kreislaufsystem stärken und somit die Regeneration unterstützen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, der Kurs ist auch für Nichtschwimmer geeignet. **Bitte sprechen Sie die Teilnahme mit ihrem Arzt/Physiotherapeuten ab.**

Ortrud Berning-Sembach
dienstags, 17:40-18:25 Uhr
12 mal ab Di, 06.10.2015
Hallenbad Leonberg, Lehrschwimmbecken
82,00 € (keine Ermäßigung)

Wassergymnastik für Frauen
Im brusttiefen, gut erwärmten Wasser können wir Gelenken und Wirbelsäule viel Gutes tun. Übungen zur Beweglichkeit und Kräftigung werden ergänzt **durch ein Herz-Kreislauf-Training. Die Kurse sind besonders für ältere Teilnehmerinnen geeignet. Wer Herz-Kreislauf-Beschwerden hat, sollte vorher mit dem Arzt sprechen!**

327652LS *nachmittags*
Carmen Jäger
dienstags, 16:00-16:45 Uhr
15 mal ab Di, 15.09.2015
K.-G.-Haldenwang-Schule, Schwimmbecken
48,00 €

327752LS *nachmittags*
Carmen Jäger
dienstags, 16:50-17:35 Uhr
15 mal ab Di, 15.09.2015
K.-G.-Haldenwang-Schule, Schwimmbecken
48,00 €

Viele gesetzliche Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie ihren Versicherten bezuschussen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung zu einem vhs-Kurs! Nach Kursende können Sie von uns bei entsprechender Teilnahme eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten. Sie erhalten diese bei Abholung kostenlos oder gegen Gebühr bei Zusendung.

327852L *nachmittags*
Ulrike Schmauder
mittwochs, 16:15-17:00 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
K.-G.-Haldenwang-Schule, Schwimmbecken
45,00 €

327952L
Ulrike Schmauder
mittwochs, 18:00-18:45 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
K.-G.-Haldenwang-Schule, Schwimmbecken
45,00 €



Aquafit
Ein ideales Fitness-Allroundprogramm, das Audauer und Beweglichkeit trainiert. Die Arbeit gegen den Wasserwiderstand kräftigt die Muskulatur und trainiert wirkungsvoll das Herz- und Kreislaufsystem. Die Übungen, in denen das Wasser das Eigengewicht entlastet, wirken sich sehr gelenkschonend aus. Die warme Wassertemperatur erwärmt und lockert die Muskeln, so dass am Schluss Lockerungsübungen und Stretching leicht fallen. **Bei gesundheitlichen Bedenken Teilnahme mit dem Arzt absprechen!**

328052L *nachmittags*
für Frauen
Ulrike Schmauder
mittwochs, 17:05-17:50 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
K.-G.-Haldenwang-Schule, Schwimmbecken
45,00 €

328152L *nachmittags*
für Frauen
Carmen Jäger
dienstags, 17:40-18:25 Uhr
15 mal ab Di, 15.09.2015
K.-G.-Haldenwang-Schule, Schwimmbecken
48,00 €

328252L
für Frauen
Carmen Jäger
dienstags, 18:30-19:15 Uhr
15 mal ab Di, 15.09.2015
K.-G.-Haldenwang-Schule, Schwimmbecken
48,00 €

329652L *nachmittags*
Ulrike Schmauder
montags, 15:25-16:10 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

329752L *nachmittags*
Ulrike Schmauder
montags, 16:15-17:00 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)



Aquamix
Aquajogging, Aquagym, Aqua-Aerobic in flachem Wasser, in tiefem Wasser ... und vieles vieles mehr! Das schwungvolle und abwechslungsreiche (Aqua)-Fitness-System mit Pfiff und Musik! Die gelenk- und bänderschonende Alternative zum Landtraining. Durch den Wasserwiderstand wird die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System gestärkt. Die Beweglichkeit wird verbessert, auch als Aufbautraining nach Sportverletzungen geeignet. Die Muskulatur wird gleichzeitig gedehnt, gekräftigt und gelockert. Muskelkater bleibt so gut wie aus! Aquamix eignet sich sowohl für sportliche als auch für sportlich ungeübte Menschen, da jeder die Wiederholungszahl individuell festlegen kann. **Bei gesundheitlichen Bedenken Teilnahme mit dem Arzt absprechen!**

328352L *vormittags*
Heike Schöttle
montags, 08:00-08:45 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

328452L *vormittags*
Heike Schöttle
montags, 08:50-09:35 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

328552L *vormittags*
Heike Schöttle
montags, 09:40-10:25 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

328652L *vormittags*
Heike Schöttle
montags, 10:30-11:15 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

328752L *nachmittags*
Ortrud Berning-Sembach
dienstags, 15:30-16:15 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

328852L *nachmittags*
Heike Schöttle
dienstags, 16:25-17:10 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

328952L
Heike Schöttle
dienstags, 17:15-18:00 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

329052L
Irina Krüger
dienstags, 18:10-18:55 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

329152L 
Irina Krüger
dienstags, 19:00-19:45 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

329252L *Wochenende*
Irina Krüger
samstags, 09:45-10:30 Uhr
14 mal ab Sa, 26.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

329352L *Wochenende*
Irina Krüger
samstags, 10:35-11:20 Uhr
14 mal ab Sa, 26.09.2015
Hallenbad Leonberg, tiefes Becken
82,00 € (keine Ermäßigung)

Aqua Zumba®
Bring the Party to the Pool
Das als Zumba®-Poolparty bekannte Programm Aqua Zumba® verleiht einem belebenden Workout eine völlig neue Bedeutung. Planschen, Dehnen, Twisten und sogar freudiges Gelächter hört man häufig während eines Aqua Zumba®-Kurses. Der Aqua Zumba®-Kurs kombiniert die Formel und Philosophie von Zumba® mit traditionellen Übungen der Wassergymnastik und bietet so ein sicheres, forderndes Wasserworkout, das die Ausdauer trainiert, die Figur formt und vor allem unglaublich viel Spaß macht.

329452L
Patricia Donerson
mittwochs, 17:25-18:10 Uhr
12 mal ab Mi, 30.09.2015
Hallenbad Leonberg, Lehrschwimmbecken
71,00 € (keine Ermäßigung)

329552L
Patricia Donerson
mittwochs, 18:15-19:00 Uhr
12 mal ab Mi, 30.09.2015
Hallenbad Leonberg, Lehrschwimmbecken
71,00 € (keine Ermäßigung)

Sport/Freizeit

Fachauskunft: Cornelia Kriegler, Tel. 07152/3099-45
Verwaltung: N.N.

Walking/Jogging



340152LS *vormittags*

Sanftes (Nordic-) Walking

für Teilnehmer/-innen mit und ohne Vorkenntnisse

Gemeinsam mit anderen ist es viel einfacher, gute Vorsätze umzusetzen. In diesem Kurs werden Sie die positiven Wirkungen des Nordic Walking erleben und viel über den für Sie geeigneten Walkingstil, individuelle Trainingssteuerung sowie gesundheitliche Hintergründe erfahren. Ein sanftes Dehnprogramm rundet das Ganze ab. So können Sie typische Anfängerfehler vermeiden und sich bald über Erfolgserlebnisse freuen. Und die sind gesichert: Sie fangen ganz einfach an und entsprechend Ihrer Fortschritte wird das Tempo langsam erhöht. **Gut für alle, die ihre Ausdauer verbessern und auf sanfte Weise ins Nordic Walking einsteigen möchten.**
Bitte mitbringen: Wettergerechte Kleidung, Laufschuhe, etwas zu trinken.
Sofern vorhanden, bitte Stöcke mitbringen. Wer noch welche kaufen möchte, bekommt vom Kursleiter Informationen.

Hans-Joerg Zipperle
mittwochs, 09:00-10:00 Uhr
6 mal ab Mi, 23.09.2015
Treffpunkt: Lohlenbachtäle, Parkplatz CVJM-Heim
31,00 €

Laufkurs

Kräftigung, Kraftausdauer, Koordination, Beweglichkeit

Sie wollen mit viel Spaß Ihren Sonntagmorgen beginnen und suchen Gleichgesinnte, die unter professioneller Anleitung laufen? Ich begleite Sie bei Ihrem Einstieg und zeigen Ihnen die richtige Lauf- und Atmungstechnik. Gymnastik, Dehnungsübungen und Intervallläufe ergänzen das Training. Begonnen wird mit kurzen Laufabschnitten und vielen Gehpausen. Am Ende des Kurses werden Sie 30 - 45 Min. ohne Unterbrechung laufen können, Ihre Kondition und das persönliche Wohlbefinden werden spürbar verbessert sein. Zudem erhalten Sie viele Infos und wertvolle Tipps rund um das Thema Laufen.

340352L GEMEINSAM AUF KURS *Wochenende*

für Einsteiger ohne Vorkenntnisse

Irina Krüger
sonntags, 09:00-09:45 Uhr
8 mal ab So, 27.09.2015
Treffpunkt: Parkplatz Leobad
31,00 €

340452L GEMEINSAM AUF KURS *Wochenende*

für Teilnehmer mit guter Kondition

Irina Krüger
sonntags, 09:50-10:35 Uhr
8 mal ab So, 27.09.2015
Treffpunkt: Parkplatz Leobad
31,00 €

Wintersport



Geführte Schneeschuhwanderung auf dem Feldberg

für Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren

Die altbewährte Sportart des Schneeschuhlaufens ermöglicht eine kräftesparende Fortbewegung im Tiefschnee und **eignet sich für jede Altersgruppe.**
Sicher werden Sie von einem oder mehreren orts- und sachkundigen Schneeschuhführern drei bis vier Stunden durch die Natur begleitet. In der frühen Mittagspause erwartet Sie eine Berghütte. (Dort bitte kein selbst mitgebrachtes Essen verzehren.) Bitte bringen Sie unbedingt Bergschuhe bzw. hohe Wanderschuhe sowie Mütze und Handschuhe mit.

Weitere wichtige Infos zu den Kursen 340552LE und 340652LE:
Abfahrtszeit ca. 07.00 Uhr.
Die Teilnehmer bzw. die Eltern werden spätestens Donnerstag vor dem Termin von der Wintersportschule über die genaue Abfahrtszeit und den Ablauf telefonisch informiert. Bitte unbedingt Telefonnummer angeben! Bei Jugendlichen unter 16 Jahren zusätzlich Handynummern der Eltern angeben! **Bei Schneemangel gilt verbindlich der entsprechende Ersatztermin.**
Begleitpersonen können auch ohne Kursteilnahme im Reisebus mitfahren (24,00 €) und ebenfalls Ausrüstung ausleihen.
Teilnahme auf eigene Gefahr!
Veranstalter im Sinne des Reiserechts: Schneesport- & Outdoorschule Black Forest Magic Freiburg & Feldberg (Tel: 07664 6137700).

340552LE *Wochenende*

Thomas Bührer und Team
Sa, 09.01.2016, 10:00-15:00 Uhr
Treffpunkt: Rotebühlplatz Stuttgart (Parkbucht vor der vhs Stuttgart, Rotebühlbau)
Verbindlicher Ersatztermin: Sa, 06.02.2016
59,00 € (inkl. 24,00 € Busfahrt, Schneeschuhe und Stöcke, keine Ermäßigung)
An- und Abmeldung nur bis 17.12.2015 möglich.

340652LE *Wochenende*

Thomas Bührer und Team
So, 31.01.2016, 10:00-15:00 Uhr
Treffpunkt: Bushaltestelle Leonberger Dreieck (bei McDonalds/DEKRA)
Verbindlicher Ersatztermin: So, 28.02.2016
59,00 € (inkl. 24,00 € Busfahrt, Schneeschuhe und Stöcke, keine Ermäßigung)
An- und Abmeldung nur bis 22.01.2016 möglich.

Geistessport



341352L

Bridge-Aufbaukurs - Die Reizung nach Forum D

In diesem Kurs geht es vor allem um die „Reizung". Der Kurs ist auch geeignet für Fortgeschrittene, die ein neues Bietsystem erlernen wollen. In insgesamt acht Schritten (Lektionen) werden Ihnen unter der Leitung von Klaus-Dieter Wacker die Gundlagen der Reizung nahegebracht. Er ist ein erfahrener, durch den deutschen Bridgeverband zertifizierter Kursleiter.

Klaus-Dieter Wacker
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
8 mal ab Do, 08.10.2015
vhs, Raum 108
64,00 € (keine Ermäßigung)

Segelsport



Segeln lernen im Winter

mit der Segelschule Radolfzell

Die Segelschule Radolfzell, anerkannt vom Deutschen Segel- und vom Deutschen Motoryachtverband, bietet in Zusammenarbeit mit der vhs Leonberg die theoretische Ausbildung für Wassersportführerscheine in Leonberg an. Die Zusammenarbeit ist seit vielen Jahren partnerschaftlich und erfolgreich.
Die Prüfungstermine für die Theorie und Praxis werden mit den Teilnehmern während der Kurse vereinbart und von der Segelschule organisiert. Die Segelschule bildet seit 40 Jahren erfolgreich aus. Geschult wird von lizenzierten Ausbildern. Ab April beginnt die Praxisausbildung; hierfür stehen bei der Segelschule Radolfzell Motor- und sichere Segelyachten zur Verfügung. Die Motorbootausbildung wird in Einzelunterricht individuell durchgeführt. Bei der praktischen Segelausbildung sind die Teilnehmer zu zweit, max. zu dritt auf einem Boot (intensive Schulung).
Das **Bodenseeschifferpatent (BSP)** beinhaltet den **Sportbootführerschein-Binnen.** Unterrichtet werden Gesetzeskunde, Bootskunde, Seemannschaft, Segeltheorie, Motorboottheorie, Wetterkunde. Der Teilnehmer erhält ein Skript der Segelschule.
Auf das BSP aufbauend ist der **Sportbootführerschein-See** (für den Küstenbereich vorgeschrieben) zu erwerben. Inhalte: Gesetzeskunde für die Hochsee - Seemannschaft - Navigation - Lichterführung - Arbeit an der Seekarte.
Für weitere Fragen im Zusammenhang mit der theoretischen Ausbildung können Sie die Segelschule Radolfzell unter Telefon 07732 971931 (Frau Habenicht) erreichen.

341552L *Wochenende*

Bodenseeschifferpatent - Motor und Segeln

(Schließt den Sportbootführerschein-Binnen mit ein)

Carola Habenicht
Sa, 16.01.2016, 09:00-16:30 Uhr
So, 17.01.2016, 09:00-16:30 Uhr
jeweils inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum E 2
140,00 € (keine Ermäßigung)

341652L *Wochenende*
Amtl. Sportbootführerschein See (SBF-See)
Für diesen Kurs ist das Buch „Der amtliche Sportbootführerschein See" von Graf/Steinicke notwendig (ca. 28,00 €). Das Lehrbuch kann im Kurs erworben werden.

Carola Habenicht
Fr, 29.01.2016, 14:00-18:30 Uhr
Sa/So, 30./31.01.2016, 09:00-16:30 Uhr
Sa. und So.
jeweils inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum E 2
160,00 € (keine Ermäßigung)

341752L
Praktische Motorbootausbildung (Bodenseeschifferpatent)
Nach Ihrem Theorieunterricht schließen Sie Ihre praktische Motorbootausbildung an. Dazu haben Sie nach Absprache 4 Einheiten Ausbildung Einzelunterricht. Alle notwendigen Fahrmanöver und die Seemannsknoten sind Bestandteil der Praxisausbildung. Am Ende legen Sie die praktische Prüfung ab. Anmeldung hierzu bei der vhs in Leonberg (Herr Dr. Painke, Tel.: 07152/3099-40). Termine nach Absprache.

Carola Habenicht
340,00 € (keine Ermäßigung)

Tanz

Fachauskunft: Cornelia Kriegler, Tel. 07152 3099-45
Verwaltung: N.N.

Tänze für Einzelpersonen



Orientalischer Tanz: Getanzte Träume aus 1001 Nacht
für Anfängerinnen jeden Alters mit und ohne Vorkenntnisse

Schnupperstunde
Alle, die neugierig sind und Lust haben den orientalischen Tanz auszuprobieren, haben hier die Gelegenheit, die Kursleiterin, die Musik und den Tanz kennen- und lieben zu lernen. Die Schnupperstunde soll auch Lust machen, im Semesterkurs gleich weiterzumachen. Lassen Sie sich mit märchenhafter, orientalischer Musik zum Tanzen verführen! Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Tuch für die Hüfte und Gymnastikschuhe.

Marija Skender
Do, 01.10.2015, 18:00-18:45 Uhr
Jugendmusikschule, Raum 2
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

360452L
Kurs
Mit viel Spaß kann man in diesem Kurs durch Isolations- und Flexibilitätsübungen schnell eine gute technische Basis und Körperkoordination erreichen. Auf wunderschöne orientalische Musik wird eine Gruppenchoreographie mit Grundbewegungen erlernt. Die Kursleiterin gibt aber auch Tipps für erste Solo-Improvisationen. Motorik, Eleganz und eine schöne Haltung werden geschult und das Gefühl für die Musik entwickelt. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Tücher für die Hüfte, Gymnastikschuhe und eine Gymnastikmatte mit.

Marija Skender
donnerstags, 19:00-20:30 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
Jugendmusikschule, Raum 2
68,00 €

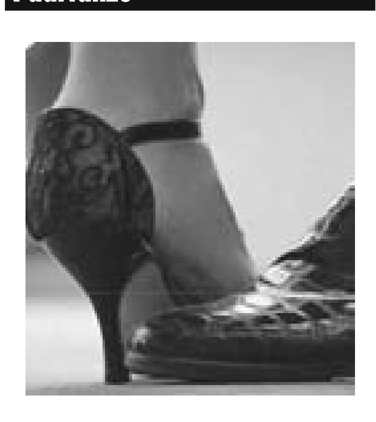
360852L *Wochenende*
Linedance - Tanztag
für Tänzer/innen, Kursleiter/innen, Lehrer/innen, Trainer/innen, Übungsleiter/innen
Man tanzt den Linedance, wie der Name schon sagt, „auf einer Linie", d. h. nebeneinander im Block ohne Partner. Die Schrittfolgen wiederholen sich zu Schrittmustern, so dass man schon nach kurzer Zeit locker drauflos tanzen kann. Für jeden Musiktitel gibt es eine eigene, offizielle Choreografie, so dass man auf jeder Linedance-Party gleich mittanzen kann. Neben Country-Pop wird viel zu aktueller Pop- und Rockmusik getanzt. So ist diese Tanzform für alle Generationen von hohem Reiz. Ein Vorteil ist, **dass kein Tanzpartner benötigt wird.** In den Pausen erfahren Sie einiges über die Entstehung des Linedance, wo man das Gelernte tanzen kann und auch wie man die Tänze vermittelt. Martin und Martina Raus unterrichten seit Jahren Linedance, trainieren Turniertänzer/innen und tanzen erfolgreich auf internationalen Turnieren im Coupledance. Mit den Tanzbeschreibungen, die alle erhalten werden, sind die Schritte so einfach nachvollziehbar, dass die Tänze im Gedächtnis bleiben werden. **Da man Linedance in jedem Unterricht einbauen kann, ist dieser Tanztag prima für alle Multiplikatoren geeignet.** Bitte Schuhe mit glatter Sohle mitbringen. Für Verpflegung ist gesorgt. In Kooperation mit dem vhs-Verband Baden-Württemberg.

Martin und Martina Raus
So, 24.01.2016, 10:00-17:00 Uhr
Steinturnhalle
60,00 € (keine Ermäßigung)

360952L *Wochenende*
Latino Linedance
für Teilnehmer/-innen mit und ohne Vorkenntnisse
Sie tanzen gerne, haben aber keinen Tanzpartner? Mit Latino Linedance gibt es jetzt die Alternative! Latino Linedance heißt **Solotanzen** nach Latino-Rhythmen wie Salsa, Merengue, Rumba, Cha-Cha-Cha, Samba, Bachata, Cumbia u.v.m. Diese Rhythmen vermitteln pure Lebensfreude! Wir lernen gemeinsam Basics, Drehungen, Promenaden und weitere Figuren, wie sie auch im Paartanz getanzt werden. Die Tänze werden Schritt für Schritt erlernt, wiederholt und geübt und dann auf feurige südamerikanische und karibische Musik getanzt. **Es sind keine Vorkenntnisse nötig**. Mitzubringen sind: bequeme Schuhe mit glatter Sohle, ein Getränk und gute Laune. **Der Workshop ist für jede Altersgruppe geeignet.** In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte.

Andrea Sanabria Valdés
Sa, 30.01.2016, 13:30-16:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
15,00 € (keine Ermäßigung)

Paartänze



361652L *Wochenende*
Tänze für festliche Anlässe
Standard- und lateinamerikanische Tänze für Paare ohne oder mit geringen Vorkenntnissen
Ob Hochzeit, Abi-Ball, Firmenfeier, Silvesterball oder runder Geburtstag – Gelegenheiten, an denen man die Grundkenntnisse des Gesellschaftstanzes parat haben sollte, gibt es immer wieder. Als Hauptperson, aber auch als Besucher auf festlichen Anlässen fühlt man sich viel sicherer und wohler, wenn man die passenden Grundschritte und den richtigen Rhythmus auf die jeweilige Musik anwenden kann. Mit viel Spaß und in unterhaltsamer Form erlernen Sie Grundschritte und leichte Figuren. Am 3. Termin wird nochmals alles wiederholt und kräftig geübt. **Bitte melden Sie nur eine Person pro Paar an** und bringen Sie ein Getränk und „drehfreudige" Schuhe oder Tanzschuhe mit.

Cornelia Kriegler
Fr, 16.10.2015, 18:30-21:30 Uhr
Sa, 17.10.2015, 16:00-19:00 Uhr
Fr, 11.12.2015, 18:30-20:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
71,00 € (pro Paar, keine Ermäßigung)

Tanz

361752L
Tänze für festliche Anlässe: Aufbaukurs
Standard- und lateinamerikanische Tänze
Voraussetzungen: ein Grundkurs mit 8 Stunden oder vergleichbare Kenntnisse
Mit viel Spaß und in unterhaltsamer Form wird hier Erlerntes aufgefrischt und weitere, leichte Figuren aus den Standard- und Lateintänzen gezeigt. **Bitte melden Sie nur eine Person pro Paar an** und bringen Sie ein Getränk sowie „drehfreudige" Schuhe oder Tanzschuhe mit.

Cornelia Kriegler
dienstags, 19:00-21:00 Uhr
4 mal ab Di, 19.01.2016
Altes Rathaus Eltingen, Bürgersaal
71,00 € (pro Paar, keine Ermäßigung)

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

361852L *Wochenende*
Tango Argentino - Schnupperkurs
für Neugierige und Wiedereinsteiger
Der Tango Argentino begeistert auf der ganzen Welt durch seine Leidenschaft und Sinnlichkeit. Statt starrer Schrittfolgen steht bei den vielfältigen, meist spontan improvisierten Bewegungsabläufen die Harmonie im Paar im Vordergrund. Daher wird im Kurs neben den Basisfiguren auf das Führen und Folgen viel Wert gelegt und damit ein feineres Körperbewusstsein geschult. Informationen über Gelegenheiten das Erlernte anzuwenden und auszubauen runden den Kurs ab. **Tango Argentino kann altersunabhängig und ohne tänzerische Vorkenntnisse erlernt werden. Bitte melden Sie nur eine Person pro Paar an** und bringen Sie ein Getränk sowie Schuhe mit glatter Sohle oder Tanzschuhe mit. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte.

Dieter und Christine Eberle
freitags, 19:00-21:00 Uhr
4 mal ab Fr, 23.10.2015
vhs, Konferenzraum
88,00 € (pro Paar, keine Ermäßigung)

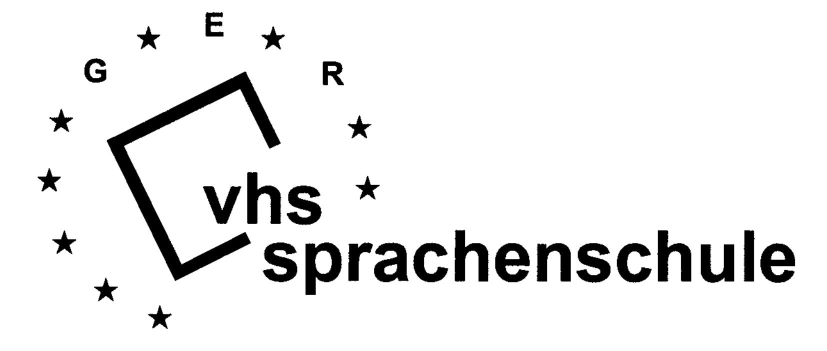


361952L *Wochenende*
Tango Argentino - Aufbaukurs 1
Voraussetzung: ein Schnupperkurs Tango Argentino (6-8 Stunden) oder vergleichbare Kenntnisse
Sie sind begeistert vom Tango Argentino und haben bereits erste Basisfiguren einschl. Ochos vorwärts bzw. rückwärts erlernt? Dann sind Sie hier richtig! Im Aufbaukurs 1 werden weitere Figuren und Varianten erlernt und selbstverständlich das tangospezifische Führen und Folgen vertieft. **Bitte melden Sie nur eine Person pro Paar an** und bringen Sie ein Getränk sowie Schuhe mit glatter Sohle oder Tanzschuhe mit. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte.

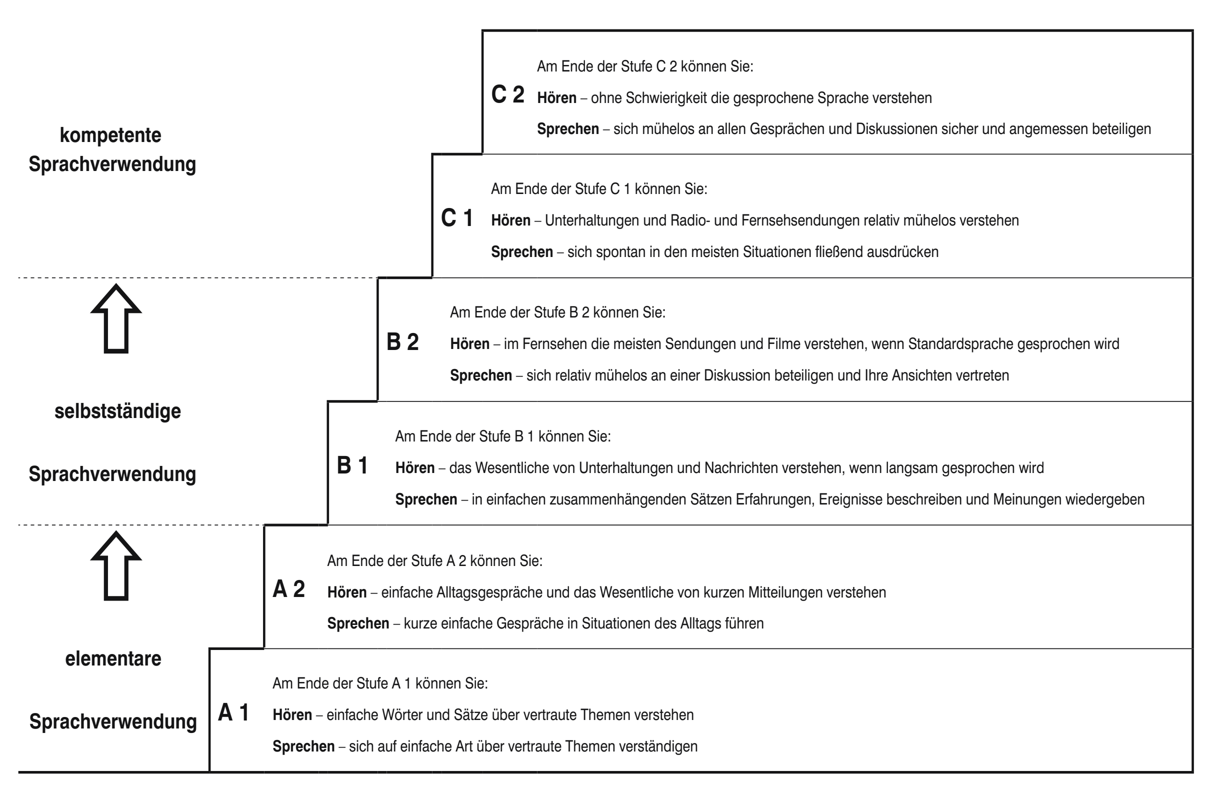
Dieter und Christine Eberle
Sa, 20.02.2016, 15:00-18:00 Uhr
So, 21.02.2016, 10:00-13:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
64,00 € (pro Paar, keine Ermäßigung)

362052L *Wochenende*
Disco Fox - Grundkurs
mit anschließendem Besuch einer Tanzveranstaltung
Passend zur Faschingszeit haben Sie hier noch eine tolle Gelegenheit, den bei uns meist getanzten Paartanz kennen zu erlernen.
Er ist leicht zu erlernen und auf fast jede Musik tanzbar, so dass er gleich noch im Februar auf fetzige Stimmungsmusik zur Anwendung kommen kann. Dieser Kurs wird sicher für Sie zum geselligen Erlebnis werden: nette Leute kennenlernen, sich Tipps holen, evtl. Tanztreffs ausmachen. In den Pausen werden Sie über die aktuellen Tanzcafés informiert und beraten. Nach diesem Unterricht besteht die Möglichkeit, gemeinsam eine Tanz- oder Faschingsveranstaltung zu besuchen, um vor Ort das Erlernte gleich kräftig anzuwenden. **Bitte melden Sie nur eine Person pro Paar an** und bringen Sie „drehfreudige" Schuhe ohne abfärbenden Sohlen oder Pfennigabsätze sowie ein Getränk mit. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte.

Cornelia Kriegler
Fr, 05.02.2016, 18:30-21:30 Uhr
Sa, 06.02.2016, 16:30-19:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
64,00 € (pro Paar, keine Ermäßigung)



Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen in der vhs sprachenschule



Umbuchungen sind während des Semesters möglich. Bevor Sie einen Kurs abbrechen, lassen Sie sich umbuchen.

Kleingruppen umfassen 5-7 Teilnehmer und sind gesondert kalkuliert.

Internationale Sprachprüfungen

Auf die **Europäischen Sprachzertifikate (TELC = The European Language Certificates),** die eine Weiterentwicklung der früheren Volkshochschulzertifikate sind, bereiten viele Volkshochschulen vor, ebenso wie auch auf andere weltweit anerkannten Prüfungen, wie z.B. die **University of Cambridge Examinations.** Termine und Gebühren erfahren Sie im Fachbereich.

Die vhs sprachenschule

Die Volkshochschulen können auf eine langjährige Erfahrung als führende Anbieter von Sprachkursen für Erwachsene zurückgreifen; die vhs-Sprachkurse sind Teil eines umfassenden Weiterbildungsangebots, hinter dem ein hohes Maß an erwachsenenpädagogischer Kompetenz steht.

Vorrangige Lernziele des vhs-Sprachunterrichts sind Hörverstehen und Sprechfähigkeit, denn diese beiden Fertigkeiten sind am meisten gefragt, wenn man sich in einem fremden Land oder im Kontakt mit ausländischen Gesprächspartner/-innen zurechtfinden will. Ergänzend dazu werden die Fertigkeiten Lesen und Schreiben geübt und vertieft.

Das Kurssystem

Die Sprachkurse an den Volkshochschulen richten sich nach dem **Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).** Dieser ist ein europäisches Stufenmodell, das die jeweiligen sprachlichen Fähigkeiten in den Bereichen Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben in einem Raster von sechs international vergleichbaren Niveaustufen festlegt (A1 bis C2).

Grundstufe: A 1 und **A 2** (siehe Tabelle). Bis zum Abschluss dieser Stufe benötigen Sie ca. 150 Doppelstunden.
Mittelstufe: B 1 (siehe Tabelle). Bis zum Abschluss der Grund- und Mittelstufe benötigen Sie insgesamt ca. 250 Doppelstunden. Wortschatz ca. 2000 Wörter.
Aufbaustufe: B 2, C1 und **C 2** (siehe Tabelle).
Für Sie als Teilnehmende von Sprachkursen hat diese Stufeneinteilung folgende Vorteile:
- Sie können Ihre eigenen Lernfortschritte gut verfolgen. Jede Stufe enthält Beschreibungen, die zeigen, was Sie bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme am Ende einer bestimmten Niveaustufe erreichen können.
- In vielen Sprachen können Sie die einzelnen Lernstufen mit einer international anerkannten Prüfung abschließen.
- Ihre im Rahmen des GER erworbenen Sprachkenntnisse und Abschlüsse sind international gültig und vergleichbar.

In den Sprachkursen fallen u.U. Kopierkosten für Unterlagen bis max. 3,00 € an. Diese werden im Kurs verrechnet.

Melden Sie sich frühzeitig an, sonst ist Ihr Kurs evtl. belegt oder wird abgesagt.

Kostenlose Beratungstermine

Falls Sie unsicher sind, welcher der richtige Kurs für Sie ist - lassen Sie sich beraten! Wir bieten Ihnen die Möglichkeit zu einem **persönlichen Gespräch** oder einem **schriftlichen Einstufungstest.** Das Testmaterial steht zur Verfügung. Eine Voranmeldung ist **nicht** erforderlich. Jederzeit können Sie einen Einstufungstest auch online unter www.leonberg.de/VHS-Einstufungstest machen.

Englisch
Samstag, 19.09.2015
zwischen 10:00 und 12:00 Uhr
vhs Leonberg, Neuköllner Str. 3, Konferenzraum

Deutsch als Fremdsprache
Donnerstag, 17.09.2015
zwischen 16:30 und 19:30 Uhr
vhs Leonberg, Neuköllner Str. 3, Konferenzraum

Samstag, 19.09.2015
zwischen 10:00 und 12:00 Uhr
vhs Leonberg, Neuköllner Str. 3, Konferenzraum



Deutsch als Fremdsprache

Fachauskunft: Stefanie Wacker, Tel. 07152 3099-44
Verwaltung: Gisela Illies, Tel. 07152 3099-63

Deutsch als Fremdsprache - Fortlaufende Kurse							
Kurs-Nr.	Dozent/-in		Uhrzeit	Beginn	Schule / Raum	Termine	Preis
A 1 - Anfänger ohne Vorkenntnisse			Berliner Platz NEU Band 1, Lehr- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-468-47202-2P)				
400352L	Wilma Müller	ab Lektion 1	08:30-10:00 Uhr	Mo und Do, ab 28.09.15	vhs, Raum 106	30	144,00 €
400452L	Maria Funk	ab Lektion 1	08:30-10:00 Uhr	Di und Mi, ab 29.09.15	vhs, Raum 107	30	144,00 €
400552L	Sybill Lenzmann	ab Lektion 1	08:30-10:00 Uhr	Di und Do, ab 29.09.15	vhs, Raum 112	30	144,00 €
400652L	Christel Rimpp	ab Lektion 1	18:15-19:45 Uhr	Mo, Mi, und Do, ab 28.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 226	30	144,00 €
400752L	Zdenka Hargas	ab Lektion 1	18:15-19:45 Uhr	Mo und Do, ab 28.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 224	30	144,00 €
400852L	Karin Grager-Wondraschek	ab Lektion 1	18:15-19:45 Uhr	Di und Do, ab 29.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 327	30	144,00 €
A 1 - Anfänger mit geringen Vorkenntnissen			Berliner Platz NEU Band 1, Lehr- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-468-47202-2P)				
400952L	Jürgen Rogge	ab Lektion 5	18:45-20:15 Uhr	Di und Do, ab 29.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 326	26	125,00 €
401052L	N.N.	ab Lektion 6	10:15-11:45 Uhr	Mo und Mi, ab 28.09.15	vhs, Raum 110	30	144,00 €
401152L	Edith Schmitt	ab Lektion 6	18:15-19:45 Uhr	Mo und Mi, ab 28.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 326	30	144,00 €
401252L	Christel Rimpp	ab Lektion 7	08:30-10:00 Uhr	Di und Fr, ab 29.09.15	vhs, Raum E 1	30	144,00 €
401352L	Katalin Haas	ab Lektion 10	18:15-19:45 Uhr	Di und Do, ab 29.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 324	30	144,00 €
A 2 - Anfänger mit guten Vorkenntnissen			Berliner Platz NEU Band 2, Lehr- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-468-47222-0P)				
401452L	Nadja Markstädter	ab Lektion 13	08:30-10:00 Uhr	Mo und Mi, ab 28.09.15	vhs, Raum 112	30	144,00 €
401552L	Farinaz Kiefer	ab Lektion 13	18:15-19:45 Uhr	Di und Do, ab 29.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 323	30	144,00 €
401652L	Maria Angela Cosentino Tsagalidou	ab Lektion 14	20:00-21:30 Uhr	Mo und Mi, ab 28.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 146	30	144,00 €
401752L	Wilma Müller	ab Lektion 18	18:15-19:45 Uhr	Mo und Mi, ab 28.09.15	G.-Hauptmann-Realschule, Raum 102	30	144,00 €
401852L	Laëtitia Rometsch	ab Lektion 18	10:15-11:45 Uhr	Mo und Mi, ab 28.09.15	vhs, Raum 112	30	144,00 €
401952L	Sybill Lenzmann	ab Lektion 28	18:15-19:45 Uhr	Di und Do, ab 29.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 223	30	144,00 €
B 1 - Fortgeschrittene			Berliner Platz NEU Band 3, Lehr- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-468-47242-8)				
402052L	Anna Göltenboth	ab Lektion 31	20:00-21:30 Uhr	Di und Do, ab 29.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 225	30	144,00 €
B 2 - Fortgeschrittene			em neu Hauptkurs in 2 Bänden, Kursbuch + Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-541695-5)				
402152L	Maria Funk	ab Lektion 1	18:15-19:45 Uhr	Di und Do, ab 29.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 146	30	144,00 €
402252L	Anna Göltenboth	ab Lektion 9	18:15-19:45 Uhr	Di und Do, ab 29.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 225	30	144,00 €
C 1 - Aufbaustufe			em neu Abschlusskurs, Kursbuch + Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-541697-9)				
402352L	Nahla Kabesh-Haecker	ab Lektion 1	18:15-19:45 Uhr	Mo und Do, ab 28.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 145	30	144,00 €
402452L	Zdenka Hargas	ab Lektion 1	20:00-21:30 Uhr	Mo und Do, ab 28.09.15	A.-Schweitzer-Gymnasium, Raum 145	30	144,00 €

Bitte beachten Sie auch unsere Kurse in Weil der Stadt auf Seite 85.

Welcher Kurs ist der richtige für mich?

Wir bieten einen kostenfreien Einstufungstest für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen zu den Kursen „Deutsch als Fremdsprache". Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Termin: Donnerstag, 17.09.15 von 16:30-19:30 Uhr und Samstag, 19.09.15 von 10:00-12:00 Uhr. Außerdem können Sie online einen Einstufungstest machen unter www.leonberg.de/VHS-Einstufungstest

Integrationskurse

Die vhs Leonberg ist vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge als Träger der Integrationskurse zugelassen. Die Kurse bestehen aus 6 aufeinander aufbauenden Kursmodulen zu je 100 Unterrichtsstunden (insgesamt 600 Stunden) und einem nachfolgenden Orientierungskurs mit 60 Stunden. **Ab September Modul 1, 3 sowie Modul 5 als Vormittagskurs in Leonberg und ab November Modul 1 in Weil der Stadt, sowie Modul 3 als Abendkurs in Leonberg. Im Laufe des Semesters sind weitere Kursmodule geplant, u.a. Modul 1 ab März 2016. Für den 05. März 2016 ist ein Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) sowie für den 20. Februar 2016 eine DTZ-Probeprüfung geplant (Anmeldeschluss: 22.01.2016). Anmeldung und Einstufungstest** können Sie nach telefonischer Vereinbarung unter **07152 3099-48 mittwochs und freitags (nicht in den Schulferien) jeweils 9:00-12:00 Uhr** machen.

Sozialpädagogische Begleitung der Integrationskurse

Die Integrationskurse an der VHS werden von der Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE) und dem Jugendmigrationsdienst (JMD) sozialpädagogisch begleitet. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unserer Kurse erhalten Beratung und Unterstützung bei der beruflichen oder schulischen (Neu-) Orientierung, der Anerkennung ihrer Schul- und Berufsausbildung, Fragen zum Aufenthalt, zur finanziellen Sicherung, zum Schulsystem usw. Termine nach Vereinbarung: Herr Demir/ Frau Zwirner Tel.: 07031/ 28 68 54 oder Frau Jung-Ticiu/ Frau Kühn Tel.: 07031/ 64 96 28 oder Frau Kayser Tel.: 07031/ 64 96 22.

Europäisches Sprachenzertifikat: Zertifikat Deutsch B 1

Die nächsten Prüfungstermine erhalten Sie auf Anfrage beim Fachbereich
Die Prüfungsgebühr beträgt für vhs-Teilnehmer/-innen 120,00 € (sonst 180,00 €). Das Europäische Sprachenzertifikat Deutsch des **Goethe-Institutes** hat weltweit

einen sehr hohen Bekanntheitsgrad und wird von privaten und öffentlichen Arbeitgebern als Nachweis guter Grundkenntnisse der deutschen Sprache geschätzt. Das Leistungsniveau wurde von höchster Stelle, vom Europarat, definiert.

402552L
Deutsch als Fremdsprache B 1
Einfach sprechen!
Sie möchten mehr Sicherheit in der Unterhaltung mit Nachbarn und Kolleg/-innen gewinnen und sich an Gesprächen über vielerlei Themen beteiligen? Auf der Grundlage unterschiedlicher Impulse wie z.B. Zeitungsartikel erschließen Sie sich neue Wortfelder, Redewendungen und Kommunikationsstrategien. Besonders geeignet auch für alle, die den Integrationskurs erfolgreich absolviert haben. Das Material wird im Kurs bekannt gegeben. Voraussetzung: Deutschkenntnisse auf B 1 Niveau (DTZ).

Gerhild Godel-Backhausen
montags, 18:15-19:45 Uhr
10 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 110
48,00 €



402652L *Wochenende*
Deutsch als Fremdsprache B1/B2
Deutsch für die Pflege
In diesem Kurs können sich Pflegekräfte und Arzthelferinnen fachsprachliche Kenntnisse für die Praxis in medizinischen Einrichtungen aneignen. Es werden die typischen kommunikativen Standardsituationen aus dem beruflichen Alltag behandelt und das Hörverstehen sowie die allgemeine Sprechfähigkeit trainiert. Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Gerhild Godel-Backhausen
samstags, 09:00-14:00 Uhr
(inkl. 30 Min. Pause)
5 mal ab Sa, 10.10.2015
vhs, Raum 107
72,00 €

402752L *Wochenende*
Bewerbungstraining für Menschen mit Migrationshintergrund
Ein Workshop für alle, die sich in Deutschland bewerben wollen. Hier lernen Sie wichtigen Wortschatz und Fomulierungen für den Bereich Bewerbung kennen. Sie lernen, wie man einen Lebenslauf und ein Anschreiben verfasst und üben das Führen von mündlichen Bewerbungsgesprächen. Bereits vorhandene Bewerbungsunterlagen können gerne mitgebracht werden. Voraussetzung sind Deutschkenntnisse ab dem Niveau B 1 oder höher.

Anna Göltenboth
Sa, 17.10.2015, 10:00-15:00 Uhr
(inkl. 45 Min. Pause)
vhs, Raum 106
14,00 €

402852L *Wochenende*
Deutsch als Fremdsprache A2/B1
„Spielend Deutsch lernen. Theater und Improvisation“
Haben Sie Freude an Kreativität und am Theaterspielen und möchten zugleich ihr Deutsch verbessern? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Wir wollen mittels spielerischer Übungen kleine Szenen, Rollenspiele und Geschichten improvisieren. Dabei sollen uns Gegenstände, Bilder kurze Texte oder Wörter inspirieren. Neben dem Rollenspiel wollen wir auch mit Handpuppen spielen. Voraussetzung sind Deutschkenntnisse auf dem Niveau B 1.

Anna Göltenboth
samstags, 10:00-16:00 Uhr
(inkl. 45 Min. Pause)
Sa, 14.11.2015 und 06.02.2016
vhs, Raum 110
34,00 €

Englisch

Fachauskunft: Stefanie Wacker, Tel. 07152 3099-44
Verwaltung: Gisela Illies, Tel. 07152 3099-63



Welcher Kurs ist richtig für mich?
Falls Sie unsicher sind, welcher der richtige Kurs für Sie ist, machen Sie den Einstufungstest für Englisch: Link unter www.leonberg.de/vhs-Einstufungstest. Oder kommen Sie zur persönlichen Beratung bzw. zum schriftlichen Einstufungstest. Siehe auch vhs Sprachenschule, Seite 41.

Lehrbücher für Englisch

„A new start” (Cornelsen)
Refresher A2 978-3-464-20034-6
Refresher B1 978-3-464-20037-7
„Easy English” (Cornelsen)
A1.1 978-3-06-520805-5
A1.2 978-3-06-520807-9
„Fairway” (Klett)
Band 1/ A1 978-3-12-501496-1
Band 2/ A2 978-3-12-501497-8
Band 3/ B1 978-3-12-501498-5
Refresher A2 978-3-12-501470-1
Refresher B1 978-3-12-501472-5
„Great!“ (Klett)
B1 Lehr- und Arbeitsbuch 978-3-12-501484-8
„In Conversation” (Klett)
B1+B2 978-3-12-501555-5
„Key” (Cornelsen)
A2 978-3-06-020098-6
„Life Pre-Intermediate“ (Langenscheidt)
Student's book 978-3-526-51470-1
„Living English” (Pearson Longman)
B1 Kursbuch 978-1-405-82918-2
„Network Now“ (Langenscheidt)
A2.1 978-3-12-606591-7
„Sterling Silver New Edition” (Cornelsen)
Band 2 978-3-464-02009-8
“Going for Gold“ (Cornelsen)
978-3-8109-2049-2
”English Made Easy” (Tuttle Pub)
Volume 2 978-08-0483745-3
”Brush up” (Hueber)
B1 978-3-19-002937-2
”Englisch ganz leicht” (Hueber)
Jubiläumsausgabe 978-3-19-105456-4
“Straightforward“ (Macmillan Education)
Beginner level 978-0-23-042444-9
Workbook 978-0-230-42297-1
“English Network Basic Conversation“ (Klett)
978-3-12-606562-7
”Business English for Beginners” (Cornelsen)
A1 978-3-06-020040-5
Workbook 978-3-06-020042-9
”Simply Business” (Cornelsen)
978-3-06-520456-9
”Business Advantage” (Klett)
B1 978-3-12-502810-4

Englisch alle Stufen



Lust auf Englisch mit englischen Kinder- und Jugendbüchern
Welche Medien eignen sich für erste Kontakte mit der englischen Sprache? Wie können gute Bücher und Geschichten Grundschüler beim frühen Fremdsprachenerwerb unterstützen? Womit lassen sich die Neugierde auf die neue Sprache und die Freude an Englisch wecken und auch noch bei Teenagern halten? Dipl. Pädagogin und Literaturwissenschaftlerin Kendra Sanseverino gibt zu diesen Fragen einen unterhaltsamen Überblick über englische Kinder- und Jugendbücher mit vielen Ideen für Zuhause oder auch für Spielgruppe, Kita und Schule. Aus ihrem englischen Buchladen „Sweet Things & Stories“ in Malmsheim wird es dazu zahlreiche Beispiele und interessantes Anschauungsmaterial geben.

Kendra Sanseverino
Sa, 24.10.2015, 10:30-12:30 Uhr
vhs, Raum 106
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

Englisch

Auch in unseren Außenstellen Renningen, Rutesheim und Weil der Stadt bieten wir zahlreiche Englischkurse an.

Englisch A 1 (Grundstufe)

509052L
Let´s get fit! Kompaktwoche am Abend
Englisch ist Ihnen nicht ganz fremd, Sie können bereits ein wenig sprechen, schreiben, lesen? Aber Ihr letzter Kurs ist schon eine Weile her und Ihre Sprachkenntnisse benötigt eine intensive Wiederbelebung? Dann sind Sie hier richtig! Ganz individuell je nach Gruppe und Bedürfnissen wiederholen und vertiefen wir bereits Gelerntes abwechslungsreich mit aktuellen Texten, lebensnahen Rollenspielen und ganz nach Bedarf auch der ein oder anderen Grammatikübung. Dabei legen wir großen Wert auf das Sprechen. Come and join us - gerne auch wiederholt!

Birgit Sattler
Mo-Fr, 21.- 25.09.2015
jeweils 18:30-20:00 Uhr
vhs, Raum E 2
28,00 €



500352L
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Straight forward" Band 1, ab Lektion 1
Englisch lernen auf Englisch
Sie möchten Englisch lernen ohne die deutsche Sprache? Dieser Kurs ist speziell für alle, die Deutsch nicht als Grundlage für den Englischunterricht nutzen können oder wollen. Damit ist er besonders geeignet für alle, für die Deutsch auch schon eine Fremdsprache ist. Sie werden sehen: es funktioniert und macht Spaß! Machen Sie mit!
You want to learn English - without the German language? Perhaps German ist not your native language or perhaps you want to learn a new language in a new way - English only! You'll see: it works and it's fun. Come an join us!

Jean Entenmann
dienstags, 19:55-21:25 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 107
68,00 €

500452L
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Fairway" Band 1, ab Lektion 3

Kirsten Eyberg
montags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 112
84,00 €

500552L *vormittags*
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger
„Fairway" Band 1, ab Lektion 7

Birgit Sattler
mittwochs, 08:30-10:00 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 110
84,00 €

Englisch A 1/A 2 (Grundstufe)



500652L *vormittags*
English Made Easy Anfänger mit Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger
„English Made Easy", Volume 2, ab Lektion 1
Sie haben bereits einen Anfängerkurs besucht oder verfügen über einige verschüttete Grundkenntnisse der englischen Sprache? Sie wünschen sich einen sanften (Wieder-)Einstieg in die englische Sprache in lockerer Atmosphäre? Dann sind Sie in diesem Kurs gut aufgehoben. Viele alltagsnahe Übungen, anregende, einfache Gesprächssituationen und ein abwechslungsreicher Unterricht erwarten Sie in diesem Auffrischungskurs.

Rhodaliza Steegmaier
mittwochs, 10:15-11:45 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 107
84,00 €

500752L *Ferienkurs*
English and Arts
You have a basic knowledge of English and want to use it for communicating about the Arts. We want to do practical exercises connected with this area of interest such as creating a graphic, experimenting with mime skills and listening to (and eventually singing) music from popular culture. All these things will be done in English. It is a chance to learn new vocabulary, constructions and turns of phrase whilst doing and discussing artistic things. All you need is a 2B pencil, a few sheets of A3 drawing paper and your normal note book. Otherwise, no special knowledge of the Arts is required.

David Pain
Mi-Fr, 10.-12.02.2016
jeweils 09:30-12:00 Uhr
vhs, Raum 106
28,00 €

Bitte beachten Sie auch unsere Kunstkurse auf S. 19.

Englisch A 2 (Grundstufe)

500952L *nachmittags*
Wiederholung und Auffrischung
„A New Start - Refresher A 2", ab Lektion 1

Susanne Kniesel
dienstags, 14:00-15:30 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 105
79,00 €

501052L
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Fairway" Band 2, ab Lektion 1

Zdenka Hargas
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 145
84,00 €

501152L
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Fairway" Band 1, ab Lektion 12

Marie-Catherine Cumin
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 147
84,00 €

501252L
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Fairway" Band 2, ab Lektion 11

Zdenka Hargas
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 145
84,00 €

501352L *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger
„Fairway" Band 2, ab Lektion 11

Birgit Sattler
mittwochs, 10:15-11:45 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 106
84,00 €

In den Sprachkursen fallen u.U. Kopierkosten für Unterlagen bis max. 3,00 € an. Diese werden im Kurs verrechnet.

Englisch B 1 (Mittelstufe)

501452L
Fortgeschrittene
„Fairway" Band 3, ab Lektion 5

Zdenka Hargas
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum E 1
84,00 €

501552L *vormittags*
Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
„Fairway" Band 3, ab Lektion 8
In diesem Kurs fahren wir zweigleisig. Mit Hilfe des Lehrbuchs wollen wir wichtige Themen der Grammatik wiederholen, Wortschatzarbeit leisten und das Hör- und Leseverständnis trainieren. Darüber hinaus werden wir anhand von aktuellen Themen und vereinfachten Zeitungsartikeln das freie Sprechen üben.

Kirsten Eyberg
donnerstags, 08:30-10:00 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Altes Rathaus Eltingen, Vereinszimmer
79,00 €

501652L
Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
„Fairway" Band 3, ab Lektion 11
Das Lehrbuch führt in kurzen, übersichtlichen Lerneinheiten zum Niveau B 1. Wir wiederholen in kleinen Schritten die Grammatik, lernen wichtige Redemittel für Alltagssituationen, üben Dialoge und lesen interessante und auch lustige, einfache Texte.

Kirsten Eyberg
montags, 20:00-21:30 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 106
79,00 €

501752L
Making Connections
In diesem Kurs geht es vor allem um freies Sprechen. Wir wollen die Sprechfertigkeit und das Hörverständnis schulen und die Grammatik der Grundstufe vertiefen. Sie sollten Grundkenntnisse der englischen Sprache (z.B. Network 1,2,3 oder entsprechend der Mittleren Reife) mitbringen.

Gerhild Godel-Backhausen
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 112
68,00 €

501852L *vormittags*

Midmorning Read und Talk

If you enjoy stories and discussions, come and join us. We will read and discuss a range of stories and articles expanding on your grammar and vocabulary as we go.

Parameshrie Hernier
mittwochs, 10:15-11:45 Uhr
10 mal ab Mi, 30.09.2015
Altes Rathaus Eltingen, Vereinszimmer
56,00 €

501952L

Refresh your English - Auffrischungskurs

„Read on 2", wird im Kurs bestellt. Sie möchten Ihr Englisch wieder ein bisschen aktivieren, möglicherweise nach vielen Jahren Pause? Sie wollen sich auf alltagsrelevante und eher mündliche Kommunikation konzentrieren, auch mal grammatische Strukturen erörtern und üben und sich einfach besser auf Englisch ausdrücken können? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Wir erzählen auch mal Witze, lesen eine Kurzgeschichte oder einen aktuellen Bericht, spielen ein Spiel und gestalten das Lernen so möglichst vielseitig und kurzweilig.

Christine Berg
mittwochs, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 106
84,00 €

Englisch B 1/B 2 (Mittel-, Aufbaustufe)

502052L *vormittags*

Learning English with pleasure

This course is for those with a good basic knowledge of English who want to improve their vocabulary by reading short texts, revising their grammar and having fun taking part in discussions. Come and join us! Es fallen ca. 4,00 € für Kopien an. Je nach Teilnehmerwunsch wird die Sprachenzeitung „Read on" für 4,50 € pro Teilnehmer als Sammelbezug bestellt.

Kendra Sanseverino
donnerstags, 08:30-10:00 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum E 1
84,00 €

502152L *vormittags*

Englisch B 1/B 2 English Conversation - keep up your English

You know some English and you want to practise it in a relaxed atmosphere - why don't you come and join us? Reading and discussing easy newspaper articles will help you to communicate easily in English. Im Kurs wird die Sprachenzeitung „Read on" für 4,50 € pro Teilnehmer als Sammelbezug bestellt.

Angela Müller
donnerstags, 10:15-11:45 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 107
68,00 €

Englisch C 1 (Aufbaustufe)

502252L *vormittags*

Current English Usage

You speak English fluently but lack enough opportunity to practise. Come along and join us. We will discuss current events (national and international) and other topics of general interest. Through talking, reading and listening, you will increase your vocabulary and understanding, not forgetting, enhancing your enjoyment and appreciation of the English language.

David Pain
dienstags, 08:40-10:10 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 105
84,00 €

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

502352L *vormittags*

Get fit for English

Would you like to improve your English and above all, have fun doing it? You are welcome to read, listen and talk with us about current events and various articles taken from newspapers and the Internet as well as modern short stories. In addition to that, we would review important grammar points. Come and join us and get fit for English!

Dr. Maliha Amir-Alikhani
mittwochs, 08:30-10:00 Uhr
13 mal ab Mi, 07.10.2015
vhs, Raum 108
73,00 €

502452L *vormittags*

Improve your English further

This course is designed for those who wish to refresh and improve their good working knowledge of English. We'll discuss current events, read texts on varied and interesting up-to-date topics, revise advanced grammar structures and above all have lots of fun speaking English.

Jane Schneider-Rhodes
donnerstags, 10:10-11:40 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 105
68,00 €

Englisch C 1/C 2 (Aufbaustufe)

502552L *vormittags*

English Conversation

In this course we'll discuss current events and you'll have the opportunity to read, talk and write about topics of general interest. We'll aim to extend our vocabulary, work on advanced grammar structures and have fun speaking English.

Karen Ortiz-Valero
freitags, 08:30-10:00 Uhr
14 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Raum 106
79,00 €

Englisch C 2 (Aufbaustufe)

502652L

As American As Apple Pie

You have quite a good knowledge of English. Why not practice it while learning about the American culture? We'll discuss things like racial problems and current events, and draw comparisons between German and American social institutions such as health, education, and social welfare programs. Our main goals are to improve listening and reading skills and to become more fluent speakers. We only speak English. No book is required, just a desire to talk and learn and a small fee for materials.

Jean Entenmann
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 107
68,00 €



502752L

The English Round Table

Are you interested in the English language and culture and keen to get some extra speaking practice? Would you like to meet some really interesting new people? Let's get together and exchange ideas, opinions and interests in English! We meet once a month in a comfy surrounding, so if you enjoy a pleasant evening chatting in English - then come along. We'll save a seat for you!

Susan Lavallin-Heine
donnerstags, 19:30-21:00 Uhr
Do, 01.10./ 12.11./ 10.12.2015
und 14.01.2016
Allegre, Römergalerie, Römerstr. 75
23,00 €

Englisch ohne Eile

Englisch ohne Eile A 1 (Grundstufe)

505052LS *nachmittags*
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Easy English A 1.1“, ab Lektion 1

Susan Lavallin-Heine
mittwochs, 14:00-15:30 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 105
84,00 €

505152LS *vormittags*
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Easy English A 1.2“, ab Lektion 1

Susan Lavallin-Heine
freitags, 08:30-10:00 Uhr
15 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Raum 110
84,00 €

505252LS *vormittags*
Anfänger mit Vorkenntnissen
„Easy English A 1.2“, ab Lektion 3

Susan Lavallin-Heine
freitags, 10:15-11:45 Uhr
15 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Raum 110
84,00 €

Englisch ohne Eile A 2 (Grundstufe)

505352LS *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen - kompakt zwischen den Semestern
Lernmaterial wird gegen 5,00 € zur Verfügung gestellt.

Birgit Sattler
Mo-Fr, 15.-19.02.2016,
jeweils 08:30-10:00 Uhr
vhs, Raum 110
28,00 €

505452LS *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen Wiederholer und Wiedereinsteiger
Refresh your English
„Fairway Refresher A 2“,
ab Lektion 1
Möchten Sie Ihre Englischkenntnisse festigen, neu ordnen und aktivieren, damit Sie sich sicherer und besser ausdrücken können? In diesem Kurs werden wir dies in entspannter Atmosphäre trainieren.

Angela Müller
donnerstags, 08:30-10:00 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 107
68,00 €



505552LS *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger
„Fairway A 2“, ab Lektion 4

Birgit Sattler
freitags, 10:00-11:30 Uhr
15 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Raum 112
84,00 €

505652LS *nachmittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Fairway“ Band 2, ab Lektion 5

Dr. Maliha Amir-Alikhani
dienstags, 16:15-17:45 Uhr
13 mal ab Di, 06.10.2015
vhs, Raum 106
73,00 €

505752LS *vormittags*
Vertiefungskurs
„Going for Gold“, ab Lektion 7

Kendra Sanseverino
donnerstags, 10:15-11:45 Uhr
11 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum E 1
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

505852LS *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger
„A New Start“, Refresher A2,
ab Lektion 8

Jean Entenmann
dienstags, 10:15-11:45 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 106
68,00 €

505952LS *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„A New Start - Refresher B1“,
ab Lektion 9

Susanne Kniesel
montags, 08:30-10:00 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 107
79,00 €

506052LS *vormittags*
Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
„Fairway A 2“, ab Lektion 9

Birgit Sattler
montags, 10:15-11:45 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 105
84,00 €

506152LS *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Sterling Silver New Edition“
Band 2, ab Lektion 17

Ulrike Kirst
dienstags, 10:15-11:45 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 107
84,00 €

506252LS *vormittags*
English Conversation - Reading and Talking
This course offers you the opportunity to improve your spoken English. We will discuss interesting and current easy newspaper articles.
Im Kurs wird die Sprachenzeitung „Read on“ für 4,50 € pro Teilnehmer als Sammelbezug bestellt.

Angela Müller
mittwochs, 08:30-10:00 Uhr
12 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 105
68,00 €

Englisch ohne Eile B 1 (Mittelstufe)

506352LS *vormittags*
Brush up your English Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
„Great!“ B1, ab Lektion 1
Wenn Sie Ihre Englischkenntnisse in entspannter Atmosphäre wieder auffrischen und wiederholen möchten, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Wir werden uns mit Hilfe des Lehrbuchs v.a. auf das Sprechen konzentrieren, daneben werden wir das Hör- und Leseverständnis trainieren, Wortschatzarbeit leisten und wichtige Themen der Grammatik wiederholen.

Angela Müller
mittwochs, 10:15-11:45 Uhr
12 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 105
68,00 €

506452LS *vormittags*
Conversation and Refresher Course
„Life Pre-Intermediate“,
ab Lektion 6

Jean Entenmann
dienstags, 08:30-10:00 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 106
68,00 €

506552LS *vormittags*
Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
„Fairway“ Band 3, ab Lektion 13

Kirsten Eyberg
donnerstags, 10:15-11:45 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Altes Rathaus Eltingen, Vereinszimmer
79,00 €

506652LS *vormittags*
Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
„In Conversation“ B 1/B 2,
ab Lektion 1

Ursula Steller
donnerstags, 10:15-11:45 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 106
84,00 €



506752LS *vormittags*
Fortgeschrittene
„Brush up B 1“, ab Lektion 1
Wir setzen uns ohne Zeit- und Leistungsdruck mit der englischen Sprache und englischsprachigen Kulturen auseinander. Auch grammatische Strukturen werden nach Bedarf in möglichst realistischen Kontexten kommunikativ vertieft oder erarbeitet.

Christine Berg
freitags, 10:10-11:40 Uhr
15 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Raum 106
84,00 €

Englisch ohne Eile B 1/B 2 (Mittel-, Aufbaustufe)

506852LS *nachmittags*
Let’s get talking
You want to practise your English regularly - come and join us! We will talk about matters of general interest, newspaper articles and short stories.

Dr. Maliha Amir-Alikhani
dienstags, 14:30-16:00 Uhr
13 mal ab Di, 06.10.2015
vhs, Raum 106
73,00 €

506952LS *nachmittags*
Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
„In Conversation“ B 1/B 2,
ab Lektion 15

David Pain
dienstags, 15:30-17:00 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 105
84,00 €

Business English

Business English A 1 (Grundstufe)

508052LH
Business Englisch for Beginners
„Business English for Beginners A 1", ab Lektion 1
Wenn Sie berufsbezogenes Englisch lernen möchten, dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie. Mit authentischem Material und einer erfahrenen Kursleiterin lernen Sie, berufliche Alltagssituationen auf Englisch zu meistern. Verschiedene Standardsituationen wie Telefonieren, Schriftverkehr und der Umgang mit englischspachigen Kollegen und Kunden werden im Kurs geübt. Auch kulturelle Unterschiede werden immer wieder beleuchtet und besprochen. So erhalten Sie mehr Sicherheit im Berufsalltag.

Susan Lavallin-Heine
mittwochs, 19:45-21:15 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 107
105,00 €

Business English A 2 (Grundstufe)



508152LH *Wochenende*
Crash Course Telephoning
How long do your New Year's resolution last normally? Do you want to improve your telephone skills? Are you nervous when answering the phone and hand it over immediately to your collegue? If the answer to the last two questions was „Yes", then start the New Year with our **Telephone Crash Course**. We will deal with different situations such as answering calls, putting callers through, taking notes, leaving messages, ... Own ideas and materials are welcome.

Birgit Sattler
Sa, 23.01.2016, 09:30-12:45 Uhr
(ink. 15 Min. Pause)
vhs, Raum 106
14,00 €

Business English A 2/B 1 (Grund-, Mittelstufe)

508252LH
English for Work, Socializing and Travel
„Simply Business", ab Lektion 1
In diesem Kurs können Sie in kurzer Zeit Ihre Grundkenntnisse im Geschäftsenglisch vertiefen und erweitern. Sie erlernen durch das Sprechen und Zuhören mehr sprachliche Sicherheit im Umgang mit Mitarbeitern und Geschäftspartnern. Es werden Englischkenntnisse vermittelt, die sich auf aktuelle Situationen des beruflichen Alltags beziehen: your office, your company, making and changing appointments, small talk, talking to customers, trade fair basics, telephoning, e-mail. Auf Wünsche der Teilnehmer kann eingegangen werden. Zu dem Lehrbuch erhalten sie einen Code womit Sie das digitale Kursbuch, vielfältiges Material und zahlreiche nützliche Funktionen auf Ihren PC/Tablet laden können. Voraussetzung für diesen Kurs sind Englischgrundkenntnisse im Geschäftsalltag.

Eva Schmitmeier
montags, 18:45-21:00 Uhr
10 mal ab Mo, 28.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule,
Raum E 3
105,00 €

Business English B 1 (Mittelstufe)

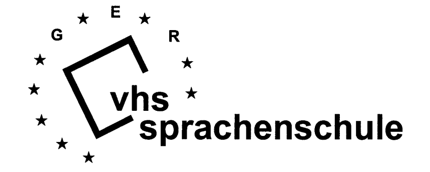


508352LH
Business English für Fortgeschrittene
„Business Advantage B 1",
ab Lektion 8
This course is aimed at people who already have quite a good knowledge of English who would like to refresh or develop and extend the language skills involved in business life. We will concentrate on various themes like telephoning, socialising, meetings, presentations, intercultural matters and dealing with conflicts. There will be plenty of time for individual topics and questions.

Susan Lavallin-Heine
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 112
105,00 €

Französisch

Fachauskunft: Sigrun Veit, Tel. 07152 3099-43
Verwaltung: Gisela Illies, Tel. 07152 3099-63



Lehrbücher für Französisch
«Couleurs de France NEU»
Band 1: 978-3-468-45446-2
Band 2: 978-3-468-45456-1
Band 3: 978-3-468-45464-6
«Perspectives NEU»
A 1 (Band 1): 978-3-06-520159-9
A 2 (Band 2): 978-3-06-520162-9
B 1 (Band 3): 978-3-06-520165-0
«Perspectives Allez-y!»
A 1 978-3-06-520176-6
«Voyages»
Band 1: 978-3-12-529276-5
Band 2: 978-3-12-529278-9
Band 3: 978-3-12-529280-2

Weitere Lehrbücher sind der jeweiligen Kursbeschreibung zu entnehmen.
Die Lehrbücher sind nicht im Kurs, sondern nur im Buchhandel erhältlich!

Bitte beachten Sie die Hinweise zum **Kursaufbau**, zu **Umbuchungen** und **Kleingruppen** sowie zu den **internationalen Sprachenprüfungen** auf Seite 41.

In den Sprachkursen fallen u.U. Kopierkosten für Unterlagen bis max 3,00 € an. Diese werden im Kurs verrechnet.

Französisch alle Stufen

Bonjour la France! *vormittags*
Wissen Sie, dass Sie in der Stadtbücherei auch französische Bücher, Hörbücher und Filme ausleihen können? (Schon nach einem Semester Französisch können Sie einfache Bücher lesen.) Sie bekommen an diesem Morgen eine Spezialführung zum Bestand der Französisch-Medien und sind herzlich eingeladen, bei Milchkaffee und Croissant einer kleinen französischen Lesung zu lauschen. A bientôt à la bibliothèque! Nous nous réjouissons de votre présence! In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei.

Mi, 10.02.2016, 10:30 Uhr
Stadtbücherei
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)



Französisch

Französisch A 1 (Grundstufe)

529052L *Wochenende*
Schnupperwochenende Französisch
„Prélude Einstiegskurs"
(ISBN 978-3-06-520182-7)
Sie möchten ausprobieren, ob Ihnen die französische Sprache gefällt? Sie hatten vielleicht bisher die Befürchtung, dass Französisch zu schwer für Sie ist? Vor Beginn des Wintersemesters können Sie an einem Wochenende in die Sprache „schnuppern". Anhand von Alltagssituationen erhalten Sie einen ersten Eindruck von Aussprache und Grammatik und erhalten nützliche Informationen über Land und Leute.

Isabelle Bunge
Fr, 25.09.2015, 18:00-21:00 Uhr
Sa, 26.09.2015, 09:30-12:30 Uhr
vhs, Raum 105
23,00 €

520252L
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Prélude Einstiegskurs"
(ISBN 978-3-06-520182-7)

Monique Fritzsche
montags, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Mo, 05.10.2015
vhs, Raum E 1
84,00 €

520352L *vormittags*
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Prélude Einstiegskurs"
(ISBN 978-3-06-520182-7)

Isabelle Bunge
donnerstags, 10:15-11:45 Uhr
15 mal ab Do, 08.10.2015
vhs, Raum 112
84,00 €



520452L
Französisch für die Reise - Anfänger ohne und mit geringen Vorkenntnissen
„Bon Voyage!"
(ISBN 978-3-06-020253-9)
Sie möchten sich für einen Urlaub in Frankreich sprachlich fit machen? In diesem Kurs werden Sie in einem Semester die wichtigsten touristischen Alltagssituationen kennen lernen und die dazu nötigen Redewendungen üben.

Myriam Smigielski
donnerstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 107
84,00 €

520552LS *nachmittags*
Ohne Eile - Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Perspectives Allez-y!" Band A 1, ab Lektion 2

Laëtitia Rometsch
donnerstags, 14:30-16:00 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 110
84,00 €

520652L
Anfänger mit Vorkenntnissen
„Perspectives NEU" Band A 1, ab Lektion 10

Myriam Smigielski
dienstags, 19:45-21:15 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum 102
84,00 €



Französisch A 2 (Grundstufe)

520852L
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Perspectives NEU" Band A 2, ab Lektion 4

Myriam Smigielski
donnerstags, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 107
84,00 €

Französisch A 2/B 1 (Grund-, Mittelstufe)

520952L *vormittags*
Communication
Intensives Lernen in der Kleingruppe
Venez parler français avec nous! Dans notre cours du vendredi matin vous pourrez rafraîchir et compléter vos connaissances de la langue. Nous travaillerons avec des supports divers (textes d´actualité, documents sur les relations franco-allemandes, littérature, chansons, bandes dessinées, films, jeux), réviserons et approfondirons aussi, bien sûr, la grammaire déjà connue (exercices sur Internet).

Dr. Annie Zdenek
freitags, 10:40-12:10 Uhr
11 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Raum 107
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Französisch B 1 (Mittelstufe)

521052L
Fortgeschrittene
Wir arbeiten mit Texten aus „Revue de la presse" und „Ecoute".

Laëtitia Rometsch
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 226
84,00 €

521152LS *vormittags*
Ohne Eile - Fortgeschrittene
„Voyages" Band 3, ab Lektion 9

Beatrix Großmann
mittwochs, 08:35-10:05 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 106
84,00 €

521252L
Fortgeschrittene - Wiederholung/Auffrischung
Sie möchten Ihre Französischkenntnisse (Band 1 und 2 eines Grundlehrwerks) festigen bzw. auffrischen? Dann freuen wir uns auf Ihre Teilnahme. In angenehmer Atmosphäre geht es vorrangig um das Sprechen, wobei wir den Wortschatz erweitern und ausgewählte Grammatik wiederholen. Kopien werden im Kurs abgerechnet.

Ursula Ebersohl-McNicholas
montags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 107
84,00 €



521352L *vormittags*
Réviser et parler français
Conversation - Niveau moyen
„Perspectives NEU" Band A 3, ab Lektion 8
Vouz avez suivi un cours de base vhs (Band 1 und 2 eines Grundlehrwerks) ou 4 années de français à l'école. Vous voulez réviser votre vocabulaire et enfin perdre la peur de parler!

Paulette Dinkler
montags, 10:10-11:40 Uhr
13 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 106
73,00 €

521452L
Conversation
Niveau moyen
Vouz voulez enrichir votre vocabulaire et réviser la grammaire tout en discutant dans une atmosphère détendue sur des thèmes actuels et variés? Vous êtes les bienvenu(e)s dans notre groupe!

Claudine Leifeld
montags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 106
84,00 €



521552L *vormittags*
Parlons français!
Conversation - Niveau moyen
„Couleurs de France NEU" Band 3 ab Lektion 7. Eine neue Lektüre wird im Kurs abgesprochen. Nous discutons sur des textes, révisons la grammaire, enrichissons notre vocabulaire. L'étude du pays est aussi notre but. Bienvenu dans notre groupe!

Paulette Dinkler
donnerstags, 08:30-10:00 Uhr
13 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 110
73,00 €

Französisch B 1/ B 2 (Mittel-, Aufbaustufe)

521752L *vormittags*
La France d'aujourd'hui
Vous souhaitez garder le contact avec la France actuelle: l'actualité politique, sociale et culturelle, l'évolution de la langue française vous intéressent? Nous nous basons sur des sources très variées: articles de presse, textes littéraires, bandes dessinées, films, chansons... Les textes seront pour nous l'occasion de réviser et d'approfondir des points importants de la grammaire; vos suggestions seront toujours les bienvenues.

Dr. Annie Zdenek
freitags, 09:00-10:30 Uhr
15 mal ab Fr, 02.10.2015
vhs, Raum 107
84,00 €

Französisch B 2 (Aufbaustufe)

521952L
Conversation et grammaire
Vous avez de bonnes bases en français et vous désirez les approfondir, alors venez à ce cours pour y discuter sur des sujets différents! Ainsi, vous allez maîtrisez vos connaissances et réviserez également votre grammaire avec des exercices. Le groupe travaille avec harmonie, est sympathique et motivé. Rejoingnez-nous!

Myriam Smigielski
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum 102
84,00 €

Französisch C 1/C 2 (Aufbaustufe)

522152L *vormittags*
Variations de A à Z
Conversation - Niveau supérieur
Cours basé sur la civilisation française de plus haut niveau de la vhs. Nous travaillons avec des articles du journal „Revue de la Presse".

Paulette Dinkler
donnerstags, 10:10-11:40 Uhr
13 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 110
73,00 €

In den Sprachkursen fallen u.U. Kopierkosten für Unterlagen bis max. 3,00 € an. Diese werden im Kurs verrechnet.

Kürzungstabelle für unterbelegte Sprachkurse
(nur für Kurse, die mit 15 Terminen geplant sind)

Termine	15	14	13	12	11	10
Unterrichts-einheiten	30	28	26	24	22	20
9 Teilnehmer	X					
8 Teilnehmer			X			
7 Teilnehmer				X		
6 Teilnehmer						X

Flexible Kurslänge bei Unterbelegung:
Auch wenn die Mindestzahl von 9 Teilnehmern in Ihrem Kurs unterschritten wird, sorgt unsere flexible Gestaltung der Kurslänge dafür, dass Sie auch in dem jetzt beginnenden Semester im gewohnten Umfeld weiterlernen können. Die Kursgruppe entscheidet gemeinsam bereits am ersten Kurstermin, wieviele Unterrichtsstunden gebucht werden, denn mit entsprechenden Aufzahlungen können zusätzliche Termine durchgeführt werden.

Italienisch

Fachauskunft: Cornelia Dehn, Tel. 07152 3099-47
Verwaltung: Marion Beck, Tel. 07152 3099-61



Lehrbücher für Italienisch:
Allegro A 1: 978-3-12-525580-7
Allegro A 2: 978-3-12-525582-1
Allegro B 1: 978-3-12-525584-5
Azzurro: 978-3-12-525530-2
Buon Viaggio: 978-3-06-020251-5
Chiaro! A 2: 978-3-19-005449-7
Con piacere A 1:
Con piacere A 2: 978-3-12-525180-9
978-3-12-525183-0
Con piacere B 1: 978-3-12-525186-1
Espresso 3: 978-3-19-005440-4
Die Lehrbücher sind nicht im Kurs, sondern nur im Buchhandel erhältlich.

Bitte beachten Sie die Hinweise zum **Kursaufbau,** zur Kurswahl für **Schichtarbeitende,** zu **Kurswechsel** und **Kleingruppen** sowie zu den **internationalen Sprachenprüfungen** unter Leonberg, vhs-Sprachenschule, Seite 41.

Italienisch A 1 (Grundstufe)

540052L
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Allegro A 1" ab Lektion 1

Claudia Friscia
montags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum E 1
84,00 €

Italienisch A 2 (Grundstufe)

540152L
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Con piacere A 2" ab Lektion 3

Maria Calza
montags, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 105
84,00 €

540252L
Anfänger mit sehr guten Vorkenntnissen
„Allegro A 2" ab Lektion 9

Lorenzo Santaniello
montags, 19:00-20:30 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 148
84,00 €

540352LS *vormittags*
Italienisch für das 3. Lebensalter - Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Azzurro" ab Lektion 9
Im Unterricht werden, neben dem Lehrbuch als Leitfaden, auch ausgewählte Kurzgeschichten und eine ausgewogene Mischung aus zusätzlichem Unterrichtsmaterial verwendet. Das freie Sprechen und der Abbau von Formulierungsängsten werden gefördert und begünstigt.
Der Kurs ist auch für Junggebliebene mit Grundkenntnissen (Niveau A 1) geeignet.

Vittorio Plebiscito
dienstags, 09:45-11:15 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 110
84,00 €

Durch heitere Konversation das Erlernte vertiefen
Voraussetzung: Teilnahme oder Kenntnisstand der vorausgegangenen Kursblöcke hierzu im Frühjahrsemester 2015.

540452L *Wochenende*
Teil 1
Jürgen Rogge
Fr, 20.11.2015, 19:00-21:30 Uhr
Sa, 21.11.2015, 10:00-13:30 Uhr
vhs, Raum E 1
23,00 €

540552L *Wochenende*
Teil 2
Jürgen Rogge
Fr, 15.01.2016, 19:00-21:30 Uhr
Sa, 16.01.2016, 10:00-13:30 Uhr
vhs, Raum 110
23,00 €

540652L
Anfänger mit sehr guten Vorkenntnissen
Wiederholung von „Allegro A 2" ab Lektion 11

Fernanda Cuccurullo
montags, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum E 1
84,00 €

Italienisch B 1 (Mittelstufe)

540752L *vormittags*
Fortgeschrittene
„Allegro B 1" ab Lektion 3

Sandra Masin
dienstags, 10:15-11:45 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 112
93,00 € (Kleingruppe; keine Ermäßigung)

540852L *vormittags*
Conversazione
„Espresso 3" ab Lektion 10 sowie neues Lehrbuch, das im Kurs bekannt gegeben wird.
Oltre all'uso del libro di testo impariamo ad esprimere la nostra opinione in italiano, prendendo spunto da piacevoli letture e da argomenti di attualitá che saranno anche la base per le nostre discussioni.

Dr. Lucia Maldera
donnerstags, 08:30-10:00 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 108
68,00 €

540952L
Parliamo Italiano
Dieser Kurs dient der Auffrischung und Erweiterung der italienischen Sprachkenntnisse. Ziel ist, die spontane Kommunikationsfähigkeit in allgemeinen Alltags- und Berufssituationen zu aktivieren und zu verbessern. Im Kurs werden die wichtigsten Strukturen und Problembereiche der italienischen Grammatik wiederholt und je nach Kenntnisstand der Teilnehmer intensiv oder weniger intensiv behandelt. Das Lesen von einfachen Texten und Kurzgeschichten soll helfen, Sprechhemmungen abzubauen, die Kommunikation fördern und die Teilnehmer/innen veranlassen, aktiv mitzuarbeiten. Individuelle Interessen werden bei der Themenwahl und Kursgestaltung berücksichtigt.

Vittorio Plebiscito
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Mi, 30.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum E 1
93,00 € (Kleingruppe; keine Ermäßigung)

Spanisch

Fachauskunft: Stefanie Wacker, Tel. 07152 3099-44
Verwaltung: Gisela Illies, Tel. 07152 3099-63



Welcher Kurs ist richtig für mich?
Falls Sie unsicher sind, welcher der richtige Kurs für Sie ist, machen Sie den Einstufungstest für Spanisch im Internet: Link unter www.leonberg.de/vhs-Einstufungstest.

Lehrbücher für Spanisch
"A_tope.com" (Cornelsen)
Schülerbuch 978-3-464-20530-3
„Con gusto" (Klett)
A1 Lehr- und Arbeitsbuch 978-3-12-514980-9
A2 Lehr- und Arbeitsbuch 978-3-12-514990-8
„Caminos NEU" (Klett)
A 1 Lehr- und Arbeitsbuch 978-3-12-514954-0
A 2 Lehr- und Arbeitsbuch 978-3-12-514956-4
A 2 Lern- und Übungsbuch 978-3-12-514917-5
B 1 Lehr- und Arbeitsbuch 978-3-12-514958-8
„Avenida" (Klett)
B 2 Lehrbuch 978-3-12-514 960-1
„Toma la palabra" (Klett)
Lehrbuch 978-3-12-514935-9
"Aula 4 Internacional B2.1" (Klett)
Libro del alumno + MP2-CD 978-3-12-515745-3
"Actividades para el Marco común europeo" (Hueber)
Actividades mit integrierter Audio-CD 978-3-19-004242-5
"Spanisch für den Urlaub" (Klett)
Lehrbuch mit Audio-CD 978-3-12-514265-7
"Hablamos" Auffrischungskurs Spanisch (Klett)
Buch und CD 978-3-12-606628-0

Bitte beachten Sie auch unseren Anfängerkurs für junge Lerner auf Seite 68 und unsere Spanischkurse in den Außenstellen.

Spanisch A 1 (Grundstufe)



560152L *Wochenende*
Spanisch für die Reise - Überwintern im Süden
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
Wie überlebe ich in einem Spanisch sprechenden Land? Die wichtigsten touristischen Alltagssituationen, die Sie hier kennen lernen, helfen Ihnen dabei. Das Unterrichtsmaterial erhalten Sie gegen eine Kopiergebühr in Höhe von 8,00 €.

Hortensia Quintana-Furch
Fr/Sa, 30./31.10.2015
freitags, 18:00-21:00 Uhr
samstags, 10.00-17.00 Uhr
vhs, Raum 106
35,00 €

560252L
Rápido - Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Con gusto A 1", ab Lektion 1
Das Lerntempo in diesem Spanischkurs ist schneller als in den Standardkursen.

Hortensia Quintana-Furch
montags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 324
84,00 €

560352L
Rápido e Intensivo - schnell und intensiv
„Con gusto A 1", ab Lektion 1
So lernen Sie schnell und effektiv Spanisch! Mit diesem Kurs bekommen Sie in kürzester Zeit Grundkenntnisse des Spanisch vermittelt. Der Kurs umfasst 90 Min. Unterricht montags. Außerdem bekommen Sie noch zusätzliche 5 Termine am Samstag . So wird die Stundenanzahl erhöht. Eine gute Vorbereitung, um sich bald in **alltäglichen Situationen** auf Spanisch unterhalten zu können.

Elizabeth Viera de Rathfelder
montags, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Mo, 05.10.2015
sowie 5 mal samstags,
jeweils von 10:00-12:15 Uhr
am 10.10./14.11./05.12.2015
16.01./06.02.2016
vhs, Raum 112
126,00 €

560452L
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Con gusto A 1", ab Lektion 1

Ingrid Salefsky-Alvarez
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule,
Raum E 1
84,00 €



560552L
Spanisch für die Reise - Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Spanisch für den Urlaub"
Reisen Sie in ein Land, in dem Spanisch gesprochen wird? Sie bekommen hier eine praktische Vorbereitung für typische Urlaubssituationen wie: ein Zimmer im Hotel zu buchen, im Café und Restaurant etwas bestellen usw. Außerdem erhalten Sie viele landeskundliche Informationen. Der Kurs bietet auch eine gute Grundlage für weiterführende Spanischkurse.

Elizabeth Viera de Rathfelder
donnerstags, 19:50-21:20 Uhr
11 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 106
93,00 € (keine Ermäßigung)

560652L
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Con gusto A 1", ab Lektion 4

Barbara Zumarán-Schumm
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 224
84,00 €

560752L
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Con gusto A 1", ab Lektion 4

Ruth Uribe
mittwochs, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 106
84,00 €

560852L
Rápido - Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Con gusto A 1", ab Lektion 8
Das Lerntempo in diesem Spanischkurs ist schneller als in den Standardkursen. Speziell für Personen, die sich in kurzer Zeit die Grundkenntnisse der spanischen Sprache aneignen wollen.

Elizabeth Viera de Rathfelder
donnerstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 106
84,00 €



560952L
Rápido - Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Con gusto A 1", ab Lektion 11
Jedes Mal 120 Minuten Spaß statt 90. Speziell für Personen, die sich in kurzer Zeit die Grundkenntnisse der spanischen Sprache aneignen wollen. In diesem Kurs wird größter Wert auf das Sprechen gelegt. Mit einem lebendigen Unterricht werden Sie erfahren, wie faszinierend die Sprache ist. ¡Hasta la vista!

Elizabeth Viera de Rathfelder
mittwochs, 18:15-20:15 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 149
112,00 €

561052L
Wiederholung und Auffrischung nach A 1
„Hablamos" Band 1, ab Lektion 1
Ein stabiles Fundament ist wichtig - nicht nur, um ein Haus bauen zu können, sondern auch, um eine Sprache zu erlernen. Wenn Sie Spanisch bereits auf A 1-Niveau gelernt haben, ist der Grundstein hierfür bereits gelegt. Nehmen Sie sich doch nun die Zeit, um Ihr Spanisch-Fundament zu festigen. In diesem Auffrischungskurs wiederholen wir die Grundlagen der spanischen Sprache, Grammatik und des Wortschatzes und vertiefen diese. So sind Sie dann nach zwei Semestern bestens darauf vorbereitet, auf Ihren Kenntnissen aufzubauen und Neues zu lernen.

Ruth Uribe
montags, 19:30-21:00 Uhr
10 mal ab Mo, 05.10.2015
G.-Hauptmann-Realschule,
Raum 105
56,00 €

Spanisch A 2 (Grundstufe)

561152L
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Caminos NEU" Band 2, ab Lektion 2

Ingrid Salefsky-Alvarez
montags, 19:35-21:05 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 147
84,00 €

561252L *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Caminos NEU" Band 2, ab Lektion 8

Hilda López de Bachmann
montags, 10:15-11:45 Uhr
11 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 107
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

561352L
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Caminos NEU" Band 2, ab Lektion 8

Ruth Uribe
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum 105
93,00 € (Kleingruppe; keine Ermäßigung)

561452LS *vormittags*
Ohne Eile - Wiederholung und Vertiefung
„Caminos NEU" Band 3, ab Lektion 1
Wer in entspannter Atmosphäre lernen will, viel wiederholen und in kleinen Schritten vorankommen möchte, der ist hier richtig.

Hilda López de Bachmann
dienstags, 10:15-11:45 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 105
62,00 €

Spanisch A 2/B 1 (Grund-, Mittelstufe)



Hablemos de todo un poco - Small talk auf Spanisch für Alltag und Reise
Dies ist ein Konversationskurs auf leichtem bis mittlerem Niveau und eignet sich sowohl für Anfänger mit Vorkenntnissen wie auch für Teilnehmer, die Ihre Sprachkenntnisse auf die Probe stellen möchten.
Con temas variados y de actualidad - tomados de artículos de periodicos, revistas, textos literaios y con juegos didacticos - pondremos en practica nuestros conocimentos de la lengua española de una forma amena y divertida. Propuestas de temas son bienvenidas. Anímate!

561552L *vormittags*
Luz-Dary Thumm-Rios
donnerstags, 08:30-10:00 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 105
68,00 €

561652L
Luz-Dary Thumm-Rios
donnerstags, 19:50-21:20 Uhr
12 mal ab Do, 01.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 325
68,00 €

Spanisch B 1 (Mittelstufe)

561752L
Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
„Caminos NEU" Band 3, ab Lektion 3

Barbara Zumarán-Schumm
donnerstags, 19:45-21:15 Uhr
11 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 110
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

561852L
Fortgeschrittene
„Caminos NEU" Band 3, ab Lektion 7

Ingrid Salefsky-Alvarez
montags, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 147
84,00 €

561952L
Fortgeschrittene
„Toma la palabra", ab Lektion 12

Barbara Zumarán-Schumm
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Do, 01.10.2015
vhs, Raum 110
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

562052L
Fortgeschrittene
„Toma la palabra", ab Lektion 14

Barbara Zumarán-Schumm
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 224
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Spanisch B 1/B 2 (Mittel-, Aufbaustufe)

562152L *vormittags*
Conversación y más
„Avenida", ab Lektion 8

Ingrid Salefsky-Alvarez
montags, 10:15-11:45 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 108
84,00 €

Spanisch B 2 (Aufbaustufe)

562252L
Conversación y más - Fortgeschrittene
„Aula 4 Internacional B2.1"
Dieser Kurs ist auf Sprechen und Konversation ausgerichtet. Wenn Sie Caminos, Band B 1, abgeschlossen oder ähnliche Vorkenntnisse haben, können Sie in diesen Kursen systematisch Ihren Wortschatz erweitern, Hörverständnis und Sprechfertigkeit verbessern, aber vor allem werden wir viel sprechen und Spaß haben. ¡Bienvenidos/as!

Elizabeth Viera de Rathfelder
montags, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 146
84,00 €

562352L *vormittags*
Perfeccionando nuestro Español
Continuamos mejorando esta bonita lengua con toda clase de temas actuales e interesantes así como alog de historia de España. Tocaremos también la gramática y temas humorísticos y leeremos cuentos de autores famosos. Esperamos pasarlo bien y seguir avanzando. Nuevas personas ¡Bienvenidas!

Berenice Kohler-Enríquez
dienstags, 10:30-12:00 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum E 1
84,00 €

Spanisch C 1 (Aufbaustufe)

562452L
Curso de conversación
„Actividades para el Marco común europeo"
Leeremos y discutiremos sobre diversos temas de actualidad, ampliando así nuestro vocabulario. Haremos uso de la gramática ya aprendida, en un ambiente relajado y flexible. De esta manera mantendremos nuestros conocimientos del idioma español. Hay que venir con ganas de conversar. Bienvenidos!

Ruth Uribe
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum 105
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Spanisch C 2 (Aufbaustufe)

562552L
Curso de literatura
Los Grandes del Siglo XX
Trilogía: Carlos Fuentes, Mario Vargas Llosa, Gabriel García Márquez
Hay tres escritores sobresalientes en la literatura hispanoamericana del Siglo XX, según la opinón de muchos críticos literarios. Dos de ellos fallecieron reciéntemente y dos de ellos son ganadores del Premio Nobel de Literatura.
En los próximos tres semestres vamos a rendir homenaje a los tres grandes escritores tomando cada semestre una obra clave para trabajar con ella. El segundo semestre de nuestra trilogía estará dedicada a Mario Vargas Llosa, escritor peruano y ganador del **Premio Nobel de Literatura 2010.** La obra escogida para el seminario será: **Mario Vargas Llosa, El Hablador.**

María Teresa Waldinger
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 107
84,00 €

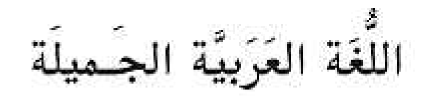
El círculo de amigos hispanohablantes de Leonberg
¿Le gustaría practicar el español que ha aprendido usted en nuestros cursosi Nada más fácil que eso! Nos reunimos una vez al mes en la Johannes-Haus, Bahnhofstr. 71/1 de 15 a 17 horas. Nos encontraremos para charlar, hablar, reír, conversar y pasarlo bien en las siguientes fechas: 25.09., 30.10., 27.11., 18.12.2015. y 29.01.2016. Venga usted, lo/la esperamos en un grupo de mexicanas, argentinas, colombianas, cubanas, brasileñas, españolas ...y alemanas.
Información: Elizabeth Viera de Rathfelder Teléfono 07152 905950.
E-Mail: spanisch12@gmail.com
Keine Anmeldung bei der vhs erforderlich!

Bitte beachten Sie auch den Kurs 260752L „Exotische Küche leicht gemacht" auf Seite 25. In diesem Kurs kann auch Spanisch gesprochen werden.

Arabisch/Chinesisch/Japanisch/Kroatisch/Latein/Neugriechisch/Niederländisch/Polnisch/Portugiesisch/Russisch/Schwedisch/Tschechisch/Türkisch/Ungarisch

Fachauskunft: Dr. Uwe Painke, Tel. 07152 3099-40
Verwaltung: Cornelia Jarde, Tel. 07152 3099-64

Arabisch



580152L
Arabische Sprache und Kultur für Anfänger A 1 mit geringen Vorkenntnissen
«Das Grundbuch der arabischen Sprache für Nichtaraber» Band 1, ab Seite 30 (gemeinsame Bestellung im Kurs). In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Bassam Sabbagh
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Di, 13.10.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum 104
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

580252L
Arabische Konversation, Sprache und Kultur A 2/B 1
«Das Grundbuch der arabischen Sprache für Nichtaraber» Band 1 (gemeinsame Bestellung im Kurs) und Zeitungsausschnitte. Außerdem Wiederauffrischen von Vorkenntnissen.

Bassam Sabbagh
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Do, 15.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 148
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Chinesisch



580352L
A 1/A 2 mit Vorkenntnissen
«Lóng» Chinesisch für Anfänger und Arbeitsbuch, ab Lektion 10 (ISBN 3-12-528850-8 und Arbeitsbuch 3-12-528851-5). Dieser Kurs ermöglicht Ihnen einen schnellen, erfolgreichen und unterhaltsamen Einstieg in die chinesische Sprache.

Xiao Yang-Jacobi
mittwochs, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Mi, 30.09.2015
vhs, Raum 108
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

580452L
B 1/B 2 Fortgeschrittene
«Das Neue Praktische Chinesisch», Lehrbuch 3 ohne CD´s (ISBN: 978-3-905816-39-6), «Das Neue Praktische Chinesisch», Arbeitsbuch 3 + 3 CD´s (ISBN: 978-3-905816-42-6). Im Kurs werden auf lebendige Weise kulturspezifische Themen vermittelt. Dies erfolgt beispielhaft durch Hintergrundinformationen, die im Wesentlichen die Sitten und Gebräuche sowie typische Verhaltens- und Denkweisen des chinesischen Volkes zum Inhalt haben.

Xiao Yang-Jacobi
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum E 1
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Japanisch



580552L
A 1 Anfänger ohne Vorkenntnisse
«Marugoto Katsudou» Band 1, ab Lektion 1 (ISBN-Nr. 978-3-87548-707-7). In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Junko Takebayashi-Schöche
donnerstags, 18:20-19:50 Uhr
11 mal ab Do, 15.10.2015
vhs, Raum 112
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

580652L
A 1/A 2 Anfänger mit guten Vorkenntnissen
«Japanisch im Sauseschritt 1» ab Lektion 15. Achtung: Dieses Lehrbuch gibt es in zwei Ausgaben! Über die Wahl des Lehrbuches kann man sich am 1. Kursabend von der Lehrerin beraten lassen. Vertiefung der Grammatik sowie Alltagskonversation. Wir lernen auch Kanji.

Yuko Kimura
montags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Mo, 12.10.2015
vhs, Raum 108
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

580752L
A 2 Anfänger mit sehr guten Vorkenntnissen
Das Unterrichtsmaterial wird am ersten Abend besprochen. Vertiefung der Grammatik sowie Alltagskonversation. Wir lernen auch Kanji.

Yuko Kimura
montags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Mo, 12.10.2015
vhs, Raum 108
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Kroatisch



580852L
A 2 Anfänger mit guten Vorkenntnissen
Lehrbuch: «Nema Problema» Band 2, ab Lektion 1 (ggf. gemeinsame Bestellung im Kurs.)

Biserka Stamenkovic
montags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Mo, 19.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 223
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Latein



580952L
A 1/A 2 Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch «Latein mit Felix» Band 2, (ISBN 978-3-7661-5052-3). Auch parallel zum Schulunterricht geeignet!

Ursula Steller
montags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Mo, 12.10.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum 104
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

581052L
B 2 Fortgeschrittene
«Latein mit Felix» Band 4 (ISBN 978-3-7661-5069-1)
Lektion nach Bedarf der Gruppe und kopierte Texte.
Auch geeignet zur Auffrischung alter Lateinkenntnisse (z.B. für Eltern) und für fortgeschrittene Schüler mit „Nachholbedarf"!

Ursula Steller
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 147
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Neugriechisch

581152L
A 2 Anfänger mit guten Vorkenntnissen
«Jassu!» Klett-Verlag, Band 1, ab Lektion 13/14 (ISBN 978-3-12-528890-4).

Christina Papadopoulou
mittwochs, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Mi, 14.10.2015
vhs, Raum 105
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)



581252L
B 2 Fortgeschrittene
Lehrbuch: Eigene Lehrmaterialien.

Christina Papadopoulou
mittwochs, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Mi, 14.10.2015
vhs, Raum 105
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Niederländisch

581352L
A 1 Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
«Welkom!» Niederländisch für Anfänger, Kursbuch und Arbeitsbuch ab Lektion 3/4 (ISBN 978-3-12528880-5 und 978-3-12528881-2).
Bei Bedarf Lösungsheft (ISBN 978-3-12528882-9).
Sie wollten immer schon mal für den Urlaub oder den Beruf Nie-

derländisch lernen?
Dann laden wir Sie jetzt ein. In lockerer Atmosphäre werden wir hören, lesen, sprechen und die Niederländer verstehen. Lernziel des Kurses: Entwicklung kommunikativer Fähigkeiten in den wichtigsten Alltagssituationen sowie die Vermittlung landeskundlicher Hintergründe.

Yvonne Rutten
dienstags, 19:30-21:00 Uhr
11 mal ab Di, 13.10.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum E 4
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)



581452L
B 2 Fortgeschrittene Konversationskurs

Yvonne Rutten
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Di, 13.10.2015
G.-Hauptmann-Realschule, Raum E 4
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Polnisch



581552L
A 1 Anfänger ohne Vorkenntnisse
«Witam!» Der Polnischkurs, ab Lektion 1
(ISBN 978-3-19-005369-8).
Immer mehr deutsche Unternehmen, Kommunen, Vereine und Schulen pflegen Kontakte zu polnischen Partnern. In Anlehnung an das Buch werden Alltags- und Geschäftsgespräche geübt. Das Kennenlernen von polnischen Sitten und Bräuchen soll Grundlage für ein besseres Miteinander schaffen. In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Anna Reichel
mittwochs, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Mi, 21.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 223
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

581652L
B 1 Fortgeschrittene
«Lehrbuch Witaj Polsko, Band 2» ab Lektion 7
(ISBN-10: 3898692779).

Anna Reichel
mittwochs, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Mi, 21.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 223
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Portugiesisch

581752L
A 1 Anfänger ohne Vorkenntnisse
«Português XXI» Band 1, ab Unidade 1 (ISBN 972-757-138-7).
Dieser Kurs wird Ihnen viel Spaß beim Lernen der portugiesischen Sprache bringen. Im Urlaub oder auf Ihrer Geschäftsreise in Portugal, Brasilien usw. können Sie Ihre Kenntnisse nutzen und die Menschen kennen lernen. In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Irene Teixeira-Henle
mittwochs, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Mi, 21.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 145
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

581852L
A 1 mit geringen Vorkenntnissen
«Oi, Brasil!» Kursbuch Band 1 ab Lektion 7 (ISBN 978-3-19-005420-6) und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-035420-7).
Portugiesisch rangiert an siebter Stelle unter den Weltsprachen! Mehr als 200 Millionen Menschen sprechen weltweit die portugiesische Sprache, zehn Millionen davon in Portugal und 170 Millionen in Brasilien. Dieser Kurs vermittelt Ihnen Grundkenntnisse im brasilianischen Portugiesisch. Ob Sie eine Rundreise planen oder den Karneval in Rio erleben möchten, vielleicht auch auf Ihrer Geschäftsreise oder zur Olympiade 2016 Portugiesisch mitreden wollen: In diesem Kurs lernen Sie nicht nur die Sprache, sondern auch Besonderheiten über das Land und die Kultur sowie die Umgangssprache in Alltagssituationen. (4,00 € für Kopien werden im Kurs abgerechnet).

Rosana Figueiredo Grassl
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Di, 13.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 149
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)



581952L
A 2 mit guten Vorkenntnissen
«Português XXI» Band 1, ab Unidade 11 (ISBN 972-757-138-7).
Sie haben schon die ersten Schritte in der portugiesischen Sprache getan und nun lernen Sie, über Ihre Alltagsaktivitäten zu berichten, nach Orten zu fragen, Wegbeschreibungen zu geben, sie zu verstehen, u.a.. Im Kurs werden vor allem das Sprechen und die Aussprache geübt.

Irene Teixeira-Henle
montags, 18:30-20:00 Uhr
11 mal ab Mo, 28.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 325
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

582052L
A 2 mit guten Vorkenntnissen
«Oi, Brasil!» Kursbuch Band 1 ab Lektion 13 (ISBN 978-3-19-005420-6) und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-035420-7).
Vielleicht wollen Sie die Traumstrände Brasiliens besuchen oder der Karneval in Rio lockt? Grundkenntnisse im brasilianischen Portugiesisch vermittelt Ihnen dieser Kurs. Und wenn Sie ein paar Semester dabei bleiben, können Sie zur Olympiade 2016 vor Ort schon fast fließend Portugiesisch mitreden. (4,00 € für Kopien werden im Kurs abgerechnet).

Rosana Figueiredo Grassl
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Mi, 14.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 148
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

582152L
B 1 Fortgeschrittene
«Português XXI» Band 2, ab Unidade 7 (ISBN 972-757-312-6)
In diesem Kurs lernen wir die portugiesische Sprache auch mit der brasilianischen Variante. Unsere Gruppe ist sehr motiviert und lernt mit Freude und Spaß. Sie werden ebenfalls herzlich angenommen.

Irene Teixeira-Henle
mittwochs, 18:30-20:00 Uhr
11 mal ab Mi, 30.09.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 145
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

582252L
B 2 Fortgeschrittene
«Português-Via Brasil!» ab Lektion 8 (ISBN 978-85-12-54380-2).
(4,00 € für Kopien werden im Kurs abgerechnet).

Rosana Figueiredo Grassl
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Di, 13.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 149
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Russisch

582352L
A 1 Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
«MOCT/1 A1-A2» ab Lektion 3/4
(ISBN-13: 978-3-12-527640-6 / ISBN-10: 3125276403) und Arbeitsbuch «MOCT A1-A2»
(ISBN-13: 978-3-12-527641-3 / ISBN-10: 3125276411).

Viktoriya Lahres
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Di, 13.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 148
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)



582452L
A 1/A 2 Anfänger mit Vorkenntnissen
«MOCT/1 A1-A2» ab Lektion 7
(ISBN-13: 978-3-12-527640-6 / ISBN-10: 3125276403) und Arbeitsbuch «MOCT A1-A2»
(ISBN-13: 978-3-12-527641-3 / ISBN-10: 3125276411).

Viktoriya Lahres
donnerstags, 19:45-21:15 Uhr
11 mal ab Do, 15.10.2015
vhs, Raum E 1
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

582552L
A 2 Anfänger mit guten Vorkenntnissen
«MOCT/1 A1-A2» ab Lektion 10
(ISBN 978-3-12-527565-2) und Arbeitsbuch «MOCT A1-A2»
(ISBN 978-3-12-527566-9).

Viktoriya Lahres
montags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Mo, 12.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 323
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Russisch/Schwedisch/Tschechisch/Türkisch/Ungarisch

Russisch

582652L
A 2 Anfänger mit sehr guten Vorkenntnissen
«MOCT 1 A1-A2» ab Lektion 12 (ISBN 978-3-12-527565-2) und Arbeitsbuch «MOCT A1-A2» (ISBN 978-3-12-527566-9).

Viktoriya Lahres
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Di, 13.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 148
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

582752L
A 2 Anfänger mit sehr guten Vorkenntnissen
«MOCT 1» Band 1, ab Lektion 18 (ISBN 978-3-12-527565-2) und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-12-527566-9).

Viktoriya Lahres
montags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Mo, 12.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 323
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

582852L
B 1 Fortgeschrittene
«MOCT 2» ab Lektion 7/8, Lehr- und Arbeitsbuch sowie Audio-CD (ISBN 978-3-12-527560-7).

Viktoriya Lahres
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Do, 15.10.2015
vhs, Raum E 1
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

In den Sprachkursen fallen u.U. Kopierkosten für Unterlagen bis max. 3,00 € an. Diese werden im Kurs verrechnet.

Schwedisch



582952L
A 2 Anfänger mit guten Vorkenntnissen
«Välkomna», Lehrbuch und Arbeitsbuch, ab ca. Lektion 12/13 (ISBN 3-12-527941-4 und 3-12-527943-8).

Ines Schäfer
montags, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 105
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

583052L
B 2 Fortgeschrittene
Lehrmaterialien werden im Kurs bekannt gegeben.

Ines Schäfer
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 110
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

583152L
B 2/C 1
Konversationskurs
Zügiges Lerntempo
Lehrmaterialien werden im Kurs bekannt gegeben.

Ines Schäfer
dienstags, 19:50-21:20 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
vhs, Raum 110
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Tschechisch



583252L
A 2 Anfänger mit sehr guten Vorkenntnissen
«Vítáme vás!» und Arbeitsbuch, Band 1 ab Lektion 14 (ISBN 005157-7 und 025157-6).

Alzbeta Then
montags, 19:00-20:30 Uhr
11 mal ab Mo, 05.10.2015
A.-Schweitzer-Gymn., Raum 225
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Türkisch



583352L
A 1 Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
«Kolay Gelsin-» - Türkisch für Anfänger ab Lektion 4, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-528860-7).

Necla Haas
dienstags, 18:45-20:15 Uhr
11 mal ab Di, 20.10.2015
vhs, Raum 108
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

583452L
A 2 Anfänger mit guten Vorkenntnissen
«Kolay Gelsin-» -Türkisch für Anfänger ab Lektion 10 (ISBN 978-3-12-528860-7).

Necla Haas
dienstags, 17:00-18:30 Uhr
11 mal ab Di, 20.10.2015
vhs, Raum 108
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Ungarisch

583552L
A 1 Anfänger ohne Vorkenntnisse
«Magyar OK A1» ab Lektion 1 (ISBN 978-963-7178-68-9).
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Bea Kaeini
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Di, 13.10.2015
vhs, Raum 106
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)



583652L
A 2 Anfänger mit Vorkenntnissen
«SZIA!» Band 1 ab Lektion 6 (ISBN 978-3-209-04577-5).

Bea Kaeini
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Di, 13.10.2015
vhs, Raum 106
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

Rhetorik/Kommunikation

Fachauskunft: Elke Odrich-Liebthal, Tel. 07152 30 99-41
Verwaltung: Cornelia Jarde, Tel. 07152 30 99-64

600152L *Wochenende*
Rhetorik - Grundkurs
Sicheres und überzeugendes Auftreten werden in Alltag und Beruf immer wichtiger. Arbeitgeber halten die rhetorischen Fähigkeiten ihrer Mitarbeiter für unverzichtbar. Den eigenen Standpunkt klar formulieren und wirkungsvoll vertreten zu können, ist dabei ein wesentlicher Faktor, um Akzeptanz und Anerkennung bei Mitarbeitern und Kunden zu erreichen. Dieser Kurs möchte wichtige Vortrags- und Gesprächstechniken für selbstbewusste Präsentationen vermitteln.
Praktische Übungsteile:
- Stimmbildung, Gestik, Mimik, Haltung
- Varianten der freien Rede und des Gespräches
- Aufbau und Gestaltung der Rede
- Vortrag, Kriterien: Körpersprache und Vortragsstil
- Streitfähigkeit (Widerspruchsverhalten), Schlagfertigkeit
- kontrollierter Dialog (diplomatisches Verhalten)
- Argumentation
- Medieneinsatz

Methode: Videoaufzeichnung

Josef Büter M. A.
Fr, 09.10.2015, 17:00-21:30 Uhr
Sa, 10.10.2015, 09:00-16:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 106
59,00 €

600252L *Wochenende*
Rhetorik - Aufbaukurs
Dieser Kurs knüpft an vorhandene rhetorische Grundkenntnisse an, wiederholt und verieft diese wesentlich. Ziel ist eine Verbesserung der Argumentation und der persönlichen Überzeugungskraft, sowie eine Erweiterung der persönlichen Kompetenzen.
Inhalte:
Streit um bessere Lösungen! - aber wie?
Moderationsgespräch: Problemerkennungsverfahren und gemeinsame Lösungssuche, Kompromisse
Methodenkompetenz: die richtigen Schritte setzen
Verhandlungsgespräch: Verhandlungsspirale
Kritikgespräch: konstruktive Anleitung zur Mitarbeit
Anerkennungsgespräch: Motivation durch explizites Lob
Methode: Videoaufzeichnung

Josef Büter M. A.
Fr, 19.02.2016, 17:00-21:30 Uhr
Sa, 20.02.2016, 09:00-16:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 106
59,00 €



600352L *nachmittags*
Schlagfertigkeitstraining
Schlagfertigkeit - geschickt parieren in allen Situationen
Manchmal ist es schwer, sicher und selbstbewusst zu reagieren, vor allem, wenn man Opfer unfairer Angriffe wird. Die gute Antwort fällt einem zu spät ein. Wie schon Mark Twain sagte: „Schlagfertigkeit ist etwas, worauf man erst 24 Stunden später kommt." Dabei ist es ganz leicht, peinliche Situationen zu meistern und sich souverän zu behaupten. Es erfordert den richtigen Umgang mit der Überraschung und schützt uns, falls wir bedroht werden. In diesem Seminar setzen wir uns damit auseinander, wie Sie in Zukunft mit Überrumpelungen umgehen und dem anderen den Wind aus den Segeln nehmen können, ohne in der Konfrontation zu bleiben. Vergrößern Sie in diesem Seminar Ihren Mut, standhafter zu reagieren und erlernen Sie Techniken des schlagfertigen Widerstands.

Dipl.-Päd. Sibylle Horger-Thies
Fr, 20.11.2015, 14:00-20:00 Uhr
vhs, Raum 106
30,00 €

600452L
Männer bilden Seilschaften - Frauen knüpfen Netzwerke
Ein Seminar für Frauen
Damit es auch mit der Verständigung klappt, muss Frau lernen, ihr männliches Gegenüber einzuschätzen. Das Leben wird umso leichter, wenn man erkennt, wie der andere tickt. Lernen Sie, zwischen Panorama- und Tunnelblick zu unterscheiden. Gepflegte Umgangsformen sowie rhetorisches Geschick gepaart mit Durchsetzungsvermögen zeichnen leidenschaftliche Verkäufer, exzellente Berater und adäquate Kollegen aus. Erkennen Sie Do's und Don'ts unserer Gesellschaft. Achten Sie auf Stil, deuten Sie Körpersprache und Mimik und nicht zuletzt adäquate Umgangsformen in Alltag und Berufsleben.
In Kooperation mit der vhs Korntal-Münchingen.

Hannelore Bostick
Mo/Mi, 23./25.11.2015
jeweils 18:00-21:00 Uhr
vhs, Raum E 2
36,00 € (keine Ermäßigung)

In den Kursen 600152L – 600452L sind Kosten für Kursunterlagen bis zu 5,00 € enthalten. Auf diese Kosten wird keine Ermäßigung gewährt.

Arbeit/Beruf

Fachauskunft: Elke Odrich-Liebthal, Tel. 07152 30 99-41
Verwaltung: Cornelia Jarde, Tel. 07152 30 99-64



602052L *Wochenende*
Bewerbungstraining 45 plus
Je älter - desto schwieriger? Wie finden Arbeitssuchende ab 45 eine neue Arbeitsstelle? Wo gibt es Chancen und wie bereitet man sich am besten auf die Bewerbung und ein Gespräch vor?
Inhalte:
Recherche und Kontakt
Erwartungen von Arbeitgebern
Bewerbungsformen
Bewerbungsmappen: Gestaltung, Aufbau und Inhalt
Vorstellungsgespräch
Wir gehen speziell auf die Situation der Jobsuchenden über 45 Jahre ein.
Bitte vorhandene Bewerbungsmappen mitbringen.

Marion Mirswa
Fr, 23.10.2015, 17:00-20:00 Uhr
Sa, 24.10.2015, 09:30-16:30 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 110
59,00 € (keine Ermäßigung)

Bewerbungscoaching
Individuelle Beratung zu beruflicher Veränderung
Sie wollen oder müssen sich beruflich verändern und fragen sich, wie Sie am besten vorgehen, welche Strategie in Ihrem Fall den meisten Erfolg verspricht, wie Sie sich und Ihre Unterlagen am besten präsentieren, wo Sie gute Chancen haben … Oder Sie möchten sich innerhalb des Unternehmens verändern und fragen sich, wie Sie am besten vorgehen, mit wem Sie welche Gespräche führen und was Sie dabei beachten sollten … Als systemische Coach- und PR-/Marketingberaterin betrachtet Marion Mirswa mit Ihnen gemeinsam Chancen und berät Sie zu Ihren persönlichen Fragen. Bitte bringen Sie Ihren Lebenslauf (Ausdruck) mit (Einzelcoaching).

602152L *Wochenende*
Marion Mirswa
Sa, 30.01.2016, 09:15-10:45 Uhr
vhs, Raum 108
65,00 € (keine Ermäßigung)

602252L *Wochenende*
Marion Mirswa
Sa, 30.01.2016, 11:00-12:30 Uhr
vhs, Raum 108
65,00 € (keine Ermäßigung)

Arbeit/Beruf



Bewerbungsmappen-Check
45 Minuten für Ihre (Be-)Werbung

Sie möchten einen professionellen Blick auf Ihre Bewerbung und sind sich nicht sicher, ob und wie Sie Ihre Kenntnisse und Fähigkeiten optimal präsentieren? Bewerbungen sind immer zielgerichtet auf eine Stelle oder ein Unternehmen zugeschnitten. Um das Coaching optimal zu nutzen, bringen Sie bitte Ihre Bewerbungsmappe mit allen Unterlagen sowie die zum Anschreiben passende Stellenausschreibung mit. In 45 Minuten erhalten Sie in einem geschützten Einzelcoaching Rückmeldung und können persönliche Fragen klären. Als Kommunikations- und Bewerbungstrainerin betrachtet Frau Mirswa Ihre Unterlagen sowohl unter Marketinggesichtspunkten wie aus der Sicht des Unternehmens.

602352L *Wochenende*
Marion Mirswa
Sa, 30.01.2016, 13:15-14:00 Uhr
vhs, Raum 108
35,00 € (keine Ermäßigung)

602452L *Wochenende*
Marion Mirswa
Sa, 30.01.2016, 14:15-15:00 Uhr
vhs, Raum 108
35,00 € (keine Ermäßigung)

602552L *Wochenende*
Marion Mirswa
Sa, 30.01.2016, 15:15-16:00 Uhr
vhs, Raum 108
35,00 € (keine Ermäßigung)

Bitte beachten Sie auch den Kurs „Zeige Dich von Deiner Schokoladenseite - Umgangsformen im Alltag und Beruf“ (Kurs-Nr. 610552C) in Weil der Stadt sowie „Umgangsformen für Alltag und Beruf“ Kurs-Nr. 202252L und „Mich selbst erfolgreich präsentieren“ Kurs-Nr. 249052L.

ESF

603052L
Finanzbuchführung Grundlagen Teil 1 / XPert Business
Intensivkurs mit PC-Unterstützung (Lexware) in der Kleingruppe

Dieser Kurs aus dem System Xpert Business vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung, Bilanzierung und Kontenführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt.

Inhalte:
Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten
Inventur, Inventar und Bilanz
Konten und Organisation der Buchführung
Verbuchen aller laufenden und gängigen Geschäftsvorfälle einschl. Personalkosten und Umsatzsteuer
Kontenpläne SKR 03 und 04

Voraussetzungen:
Sichere PC-Grundkenntnisse, da der Kurs mit EDV-Unterstützung stattfindet.
Um Sie bereits in diesem Teil optimal auf die Praxis vorzubereiten, finden an der vhs die letzten Kurstermine mit PC-Unterstützung statt (Lexware Financial Office Pro). Deshalb findet ab Januar 2016 der Unterricht im EDV-Raum 1, 1. OG, Raum 1.29 in der Realschule Korntal statt. Details dazu im Kurs.
Bitte mitbringen: Taschenrechner, Schreibzeug.
Die Teilnehmenden können kostenlos die eingesetzte Software für häusliche Übungen bestellen. Infos im Kurs. Im Anschluss an den Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung Xpert Business abgelegt werden (separate Gebühren). Wenn ESF-Fachkursförderung gewünscht wird, muss der Antrag gleich mit der Anmeldung gestellt werden.
In Kooperation mit dem Veranstalter vhs Korntal-Münchingen (Ihre Anmeldedaten werden an die vhs Korntal-Münchingen weitergeleitet).

Rainer Blume
13 mal montags, ab 12.10.2015
jeweils von 18:30-21:45 Uhr und
Sa, 16.01./ 23.01.16
jeweils von 09:00-16:15 Uhr
Alte Lateinschule Korntal,
Raum 202, Johannes-Daur-Str. 6,
70825 Korntal-Münchingen
395,00 € (keine Ermäßigung, inkl. Lehrbücher und Software)

ESF

603152L
Lohnbuchführung Grundlagen Teil 1 und 3 / XPert Business
Intensivkurs mit PC-Unterstützung (Lexware) in der Kleingruppe

Dieser Lehrgang vermittelt in Theorie und Praxis das nötige Wissen, um selbstständig Lohn- und Gehaltsabrechnungen mit Hilfe von Lexware Financial Office Pro durchführen zu können.
Es werden u.a. folgende Themen behandelt:
Einführung in die Lohn- und Gehaltsabrechnung, die Bruttoabrechnung, Lohn- und Kirchensteuer, die Sozialversicherung, vermögenswirksame Leistungen, sonstige Abzüge und Zuzahlungen, Lohnpfändung, Lohnsteuer-Anmeldungen für das Finanzamt, Beitragsnachweis für die Krankenkasse, Buchungsbeleg für Finanzbuchhaltung, Eintritt und Austritt von Arbeitnehmern, Jahresabschlussarbeiten (Erstellen der Lohnsteuerbescheinigung).

Voraussetzungen:
Sichere PC-Grundkenntnisse, da der Kurs mit EDV-Unterstützung stattfindet.
Im Anschluss an den Kurs können die bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfungen Xpert Business für Lohn und Gehalt 1 (Theorie) und 3 (EDV) abgelegt werden (separate Gebühren).
Bitte mitbringen: Taschenrechner, Schreibzeug
Die Teilnehmenden können kostenlos die eingesetzte Software für häusliche Übungen bestellen. Infos im Kurs. Im Anschluss an den Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung Xpert Business abgelegt werden (separate Gebühren). Wenn ESF-Fachkursförderung gewünscht wird, muss der Antrag gleich mit der Anmeldung gestellt werden.
In Kooperation mit dem Veranstalter vhs Korntal-Münchingen (Ihre Anmeldedaten werden an die vhs Korntal-Münchingen weitergeleitet).

Elke Janner
14 mal donnerstags, ab 15.10.2015
jeweils von 18:10-21:40 Uhr und
Sa, 19.12.2015, 09:00-15:30 Uhr
Realschule Korntal, Raum 0.07,
Goerdelerstr. 15,
70825 Korntal-Münchingen
473,00 € (keine Ermäßigung, inkl. Lehrbücher und Software)

Für die mit dem ESF-Logo gekennzeichneten Kurse kann ein Zuschuss von 30 – 50 % aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds beantragt werden, wenn die Fördervoraussetzungen erfüllt sind. Details auf www.vhs-korntal-muenchingen.de.



603552L *Wochenende*
Zeit für das Wesentliche
Wie wird mein Unternehmen erfolgreich nach MEINEN Maßstäben?
Ein Seminar für Frauen in der Selbständigkeit

Sie arbeiten „selbst & ständig“? Ihre vielen Aufgaben jeden Tag lassen Ihnen keinen Raum zu überlegen, wo und wie Sie morgen, nächstes Jahr oder noch später arbeiten möchten? Sie wissen, wohin Sie wollen, aber Sie finden keine Zeit herauszufinden, wie Sie dorthin gelangen? Kommt Ihnen das bekannt vor? Dann nehmen wir uns in diesem Seminar einen ganzen Tag lang Zeit herauszufinden, was für Sie das Wesentliche ist. Wir entdecken Ihre persönlichen Maßstäbe für Erfolg. Außerdem schauen wir uns an, welche Möglichkeiten Sie haben, im Alltag Freiräume zur Umsetzung zu schaffen. Ganz nebenbei lernen Sie Frauen in ähnlichen Situationen kennen und stärken ihr Netzwerk. Wenn Sie sich von diesen Fragen angesprochen fühlen und nicht selbständig sind, sind Sie dennoch herzlich willkommen.

Carolina Winkelbach
Sa, 24.10.2015, 10:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 112
36,00 € (keine Ermäßigung)

603652L
Computerschreiben
Sie arbeiten am PC und wollen schneller schreiben, mit allen 10 Fingern und nicht nach dem Adler-Such-System? Das Kurskonzept macht sich die Ergebnisse der Hirnforschung zu Nutze. Sie lernen mit einer ganzheitlichen Methode. Mit Visualisierungs-, Assoziations- und Mentaltechniken, mit denen beide Gehirnhälften multisensorisch angesprochen werden, erlernen Sie das Zehn-Finger-Tastschreiben in nur 6 Stunden. Sie erlernen das Tastenfeld in kürzester Zeit und erhöhen mit etwas Übung Ihre Schreibgeschwindigkeit rasch auf 80 und mehr Anschläge pro Minute.

Ruth Rapp
mittwochs, 18:00-21:00 Uhr
2 mal ab Mi, 21.10.2015
vhs, Raum 113
53,00 €



Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

Foto/Bildbearbeitung/Video

Fachauskunft: Elke Odrich-Liebthal, Tel. 07152 30 99-41
Verwaltung: Cornelia Jarde, Tel. 07152 30 99-64

Foto

605052L
Digitale Fotografie
Dieser Kurs führt in die Verwendung der Digital-Kamera ein. Sie lernen die Bedienungsanleitung Ihrer Kamera besser zu verstehen, um die umfangreichen Funktionen später sinnvoll und gezielt einsetzen zu können. Wir sprechen über Dateiformate, Fotoabzüge, Blitzeinsatz, Zeit- und Blendenautomatik und grenzen Programm- und Vollautomatik gegeneinander ab. Zusätzlich erfahren Sie einiges darüber, wie Sie wirkungsvolle Aufnahmen gestalten.

Hans-Peter Dolecki
Mo, 19.10.2015, 18:30-21:30 Uhr
Mi, 21.10.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
48,00 € (keine Ermäßigung)

In den Kursen 605052L – 608352L sind z.T. Kosten für Kursunterlagen bis zu 14,00 € eingerechnet. Auf diese Kosten wird keine Ermäßigung gewährt. Es werden keine Teilnahmebescheinigungen ausgestellt.



605152L
Fotografieren mit der Spiegelreflexkamera - Grundlagen
Am ersten Abend werden die wichtigsten Aufnahmetechniken behandelt: Belichtungsmessung, Zeit, Blende, ISO-Empfindlichkeit und die jeweiligen Automatiken. Vor- und Nachteile manueller Beeinflussung stehen im praktischen Test. Es wird Einblick in die Objektivwahl gegeben, auch unter Berücksichtigung der Bildgestaltung: Motiv, Perspektive, Schärfe, Kontrast, Farbe, etc. Wenn Sie bereits eine eigene SLR besitzen, sollten Sie die Bedienungsanleitung und ausreichend Speicherkarten mitbringen. Wer zuerst noch „probieren" möchte, kann im Kurs in begrenztem Rahmen eine D-SLR (Nikon) ausleihen oder testen (Voranmeldung erforderlich!). Der Exkursionstag dient ausschließlich der praktischen Umsetzung des Besprochenen. Ort und Treffpunkt werden im Kurs besprochen. Am letzten Abend erfolgt eine gemeinsame Bildsichtung sowie erste Hinweise zur Bildbearbeitung.

Matthias Baumann
Do, 12.11.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
So, 15.11.2015, 09:00-17:00 Uhr
(Exkursion)
inkl. 1 Std. Pause
Do, 19.11.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
79,00 € (keine Ermäßigung)

605252L *Wochenende*
Einstieg in das Fotografieren mit Spiegelreflex- oder Systemkamera
Haben Sie zu Weihnachten eine Spiegelreflexkamera geschenkt bekommen und fragen sich jetzt, was man damit alles anstellen kann? Für alle, die gern mehr als die Automatik nutzen und den ganzen kreativen Spielraum einer Spiegelreflex- oder Systemkamera kennen lernen wollen, bietet dieser Kurs viele Möglichkeiten. Von den technischen Grundlagen (ISO, Blende, Verschlusszeit) bis zur Bildgestaltung (Linienführung, goldener Schnitt) werden wir uns auch anhand vieler Praxisbeispiele von der digitalen Spiegelreflexfotografie ein Bild machen. Sind Sie dabei?

Markus Spingler
Sa, 16.01.2016, 09:00-16:00 Uhr
Fr, 22.01.2016, 17:30-20:30 Uhr
vhs, Raum 106
58,00 € (keine Ermäßigung)

605352L
Fotografieren mit der Spiegelreflexkamera - Vertiefungskurs
Die Möglichkeiten der Einflussnahme aus dem Grundlagenkurs werden nochmals kurz angesprochen und durch den vielfältigen und kreativen Einsatz von Stil-, Gestaltungs- und technischen Mitteln ergänzt und vertieft. Das Ziel ist eine bewusst definierte Bildaussage, eine Bildsprache in Einzelaufnahmen oder ganzen, themenbezogenen Serien. Die Zusammenhänge von Blende, Zeit und ISO sollten beherrscht werden, ebenso die unterschiedlichen Fokusmodi. Eigene SLR oder Systemkamera sollte vorhanden sein – inkl. Bedienungsanleitung und ausreichend Speicherkarten. Digitale SLR's (Nikon) können im Kurs in begrenztem Rahmen ausgeliehen/ getestet werden (Voranmeldung erforderlich!). Auch hier haben wir im praktischen Teil genügend Zeit,

um die besprochenen Themen in Übungen umzusetzen – i.d.R. führt uns die Exkursion nach Stuttgart. Abschließend erfolgt eine gemeinsame Sichtung, Besprechung und Auswertung der Aufnahmen.

Matthias Baumann
Do, 28.01.2016, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
Sa, 30.01.2016, 09:00-17:00 Uhr
(Exkursion)
inkl. 1 Std. Pause
Do, 04.02.2016, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
79,00 € (keine Ermäßigung)

605452L
Knipsen kann jeder - 10 Regeln für faszinierende Fotos

Interessante Fotos gelingen, wenn man fotografische Gestaltungsmöglichkeiten wie Bildaufbau, Bildformat, Belichtung, Schärfe bzw. gewollte Unschärfe sowie die Perspektive bewusst einsetzt. Im ersten Termin werden gute und weniger gute Bilder analysiert und dabei die Gestaltungsregeln erarbeitet. Zum zweiten Termin können die Teilnehmer eigene Bilder mitbringen - anhand dieser Bilder wollen wir den Seminarinhalt vertiefen.

Peter Liebthal
montags, 18:00-21:00 Uhr
2 mal ab Mo, 25.01.2016
vhs, Raum E 2
32,00 € (keine Ermäßigung)

605552L
Das individuelle Fotogeschenk

Immer wenn sich ein Jahr dem Ende neigt, stellt sich unweigerlich die Frage: was (ver-)schenke ich zu Weihnachten? – Wie wär's in diesem Jahr mit etwas „Eigenem", etwas selbst Gestaltetem und Zusammengestellten? Ein Bildgeschenk?! – Aber bitteschön hochwertig, dem Anlass angemessen! Egal ob Einzelbild, Serie oder Kalenderprojekt – die Auswahl, Gestaltung, Bearbeitung und finale Präsentationsvariante stehen im Mittelpunkt des Coachings. Ziel ist in jedem Fall das individuelle Geschenk in hochwertiger Aufmachung. Dieses Coaching richtet sich an FotografInnen, die entweder ihren Fotofundus gemeinsam sichten oder die richtigen Aufnahmen zur richtigen Gelegenheit machen wollen.

Matthias Baumann
Di, 29.09., 20.10., 10.11., 24.11., 08.12.2015
jeweils 18:30-21:00 Uhr
Studio Pixxel2Go,
Im Länderrain 15/2, 71732 Tamm
75,00 € (keine Ermäßigung)



605652L
Lichter des Ludwigsburger Weihnachtsmarktes
Available Light Fotografie

Bei der Available Light-Fotografie nutzen wir das natürliche Umgebungslicht, Straßenlaternen, Gebäudebeleuchtungen, Schaufenster oder den Lichterglanz des **Ludwigsburger Weihnachtsmarktes.** Am ersten Abend werden Themen und Kameraeinstellungen besprochen und diese am Sa, 28.11.2015 in die Praxis umgesetzt. Am letzten Kurstag erfolgt eine gemeinsame Sichtung und Besprechung Ihrer Fotos. Eine – eigene – SLR/Systemkamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten sollte vorhanden sein. Ebenfalls ein nicht zu sperriges Stativ. Der Umgang mit Zeit, Blende und ISO sollte beherrscht werden. Der Kurs richtet sich vornehmlich an Besitzer digitaler Kameras - eine Teilnahme mit analoger SLR ist jedoch durchaus auch möglich. Digitale SLR's (Nikon) und Stative können im Kurs in begrenztem Rahmen ausgeliehen/getestet werden (Voranmeldung erforderlich!).

Matthias Baumann
Do, 26.11.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
Sa, 28.11.2015, 17:00-22:00 Uhr
(Exkursion)
Do, 03.12.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
68,00 € (keine Ermäßigung)

605752L *Wochenende*
Streetfotografie

Kaum ein Thema erfährt einen vergleichbaren Aufschwung in der aktuellen Fotografie – die „Streetfotografie" ist in aller Munde.
Ein 100%-Praxiskurs mit kurzem Briefing vorab lässt uns beim Reportagethema „Street" auf den Spuren von Henri Cartier-Bresson oder auch Robin Preston wandeln. Dieser Kurs eignet sich für AufsteigerInnen aus dem Grundlagenkurs oder FotografInnen, die bereits vergleichbare Kenntnisse zu manueller Belichtung und dem sicheren Umgang mit ihrer Kamera haben. Weitwinkel- und moderate Telebrennweiten sind von Vorteil – Stative bitte zu Hause lassen!
Eine – eigene – SLR/Systemkamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten sollte vorhanden sein, inkl. Bedienungsanleitung und ausreichend Speicherkarten! Digitale SLR's (Nikon) können im Kurs in begrenztem Rahmen ausgeliehen/getestet werden (Voranmeldung!). Der Treffpunkt in Stuttgart am 1. Kurstag (Exkursion) wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

Matthias Baumann
Sa, 05.12.2015, 10:30-16:00 Uhr
(Exkursion)
Di, 08.12.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum E 2
65,00 € (keine Ermäßigung)

Bildbearbeitung

608052L
PICASA

Picasa ist eine kostenfreie Bildverwaltungs- und Bildbearbeitungssoftware, die sich an Einsteiger richtet und dadurch leicht zu handhaben ist.
Inhalte:
Bildverwaltung:
Picasa vom Internet herunterladen
Fotos automatisch von der Kamera in Picasa importieren
Sammlungen und Ordnerliste
Fotos suchen und schnell wiederfinden
Fotobearbeitung - leicht und schnell:
Ausschnittsvergrößerungen, schiefe Bilder ausrichten, rote Augen entfernen, nachträgliche Korrektur von mittelmäßig geratenen Bildern, Stapelverarbeitung, kreative Bildcollagen, detaillierte Bildinformationen per EXIF-Anzeige, Fotos präsentieren,
Diaschau auch mit Musik
Fotos drucken
Vorkenntnisse:
Grundkenntnisse am PC

Toni Ginsel
mittwochs, 18:00-21:00 Uhr
2 mal ab Mi, 11.11.2015
vhs, Raum 113
49,00 €

608152L *nachmittags*
Fotokalender und Fotobuch gestalten mit myphotobook.de

Fotobücher und Fotokalender selber zu erstellen, macht Spaß und ist einfacher, als Sie vielleicht denken. Das Programm, mit dem wir Fotobücher und Kalender gestalten können, ist auf der Homepage myphotobook.de kostenlos erhältlich und bietet viele tolle Layoutvorlagen, aber auch flexible freie Gestaltungsmöglichkeiten. Die Qualität der Buchumsetzung bei myphotobook.de liegt auf hohem Standard und wurde mehrfach ausgezeichnet. Bringen Sie gerne Ihre eigenen Bilder auf CD oder Stick mit in den Kurs, dann macht das Üben und Gestalten doppelt Spaß.

Hans-Peter Dolecki
freitags, 15:00-18:00 Uhr
2 mal ab Fr, 13.11.2015
vhs, Raum 113
58,00 € (keine Ermäßigung)

608252L *Wochenende*
Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements und CS
Einführungskurs

Im Kurs verwenden wir Adobe Photoshop Elements, jedoch wird anhand der Kurs-Unterlagen (CD-R) gezeigt, wie sich das Erlernte problemlos und fast ohne Abstriche auf die Vollversion Photoshop CS übertragen lässt.
Inhalte:
Grundwissen: Digitales Bild, Scannen, Druck, Farbe (RGB, CMYK), Dateiformate/Bildumrechnungen, Basis-Werkzeuge und -Vorgehensweisen, lokale Foto-Retusche, Foto-Reparatur
Bildverbesserung: Tonverteilung, Kontrast, Schärfe, Farbe, Bildteile auswählen/gezielte Bearbeitung, Bildmontage, Collage, Text einfügen/Text-Effekte.

Hans-Peter Dolecki
Sa, 05.12.2015, 09:00-16:00 Uhr
So, 06.12.2015, 09:00-16:00 Uhr
jeweils inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 113
94,00 € (keine Ermäßigung)

608352L *Wochenende*
Lightroom-Grundlagen

Lightroom ist eine professionelle Bild-Datenbank mit beeindruckenden Bildbearbeitungs- und Ausgabemöglichkeiten für raw-, jpg- und tif-Dateien. Sie erfahren, wie Sie Fotos zur Bildsuche über Metadaten, Stichworte und Qualifizierungen indizieren können und wie die non-destruktive Bildverbesserung in Lightroom bei der Bildbearbeitung wahre Wunder wirkt. Für alle, die eine optimale Verbindung zwischen Bildverwaltung und -bearbeitung suchen.

Hans-Peter Dolecki
Sa, 20.02.2016, 09:00-16:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 113
58,00 € (keine Ermäßigung)

In den Kursen 605052L – 608352L sind z.T. Kosten für Kursunterlagen bis zu 14,00 € eingerechnet. Auf diese Kosten wird keine Ermäßigung gewährt. Es werden keine Teilnahmebescheinigungen ausgestellt.

Video



609052L *Wochenende*
Filme erstellen mit Windows Movie Maker
Filme und Bilder vom Urlaub, von Familienfesten und vom Nachwuchs lagern meist auf der Kamera oder schon auf dem Computer. Wie kann man nun einen richtigen Film daraus machen, mit Musik, Texten oder tollen Effekten? Der Kurs entführt Sie in die Welt eines Schnittmeisters (Editor). Dabei lernen Sie, Ihre Filme zu importieren, zusammenzustellen, zu schneiden und mit Musik, Vorspann und Abspann zu dekorieren. Auch fantastische Diashows können mit Windows Movie Maker erstellt werden. Zur Wiedergabe nutzen Sie dann einen Fernseher, Ihr Tablet oder einen Beamer.

Vorkenntnisse:
Windows 7 / 8.1 Kenntnisse
Bitte eigene Videodateien sowie ein Lied als mp3 auf USB Stick mitbringen.

Norbert Vonwald
Sa, 28.11.2015, 09:00-13:00 Uhr
vhs, Raum 113
38,00 € (keine Ermäßigung)

EDV-Forum/-Grundlagen/Betriebssystem/Internet/EDV-Anwendungen

Fachauskunft: Elke Odrich-Liebthal, Tel. 07152 30 99-41
Verwaltung: Cornelia Jarde, Tel. 07152 30 99-64

EDV-Forum

Willkommen zur EDV-Beratung
Herzlich willkommen!
Sind Sie sich nicht sicher, welcher EDV-Kurs für Sie der geeignete ist? Oder wissen Sie nicht, in welchem Kurs Ihre Fragen geklärt werden könnten? Oder wollen Sie sich unverbindlich informieren, was es an neuen Kursen gibt? Gerne helfen wir Ihnen, das Passende für Sie zu finden und in jedem Fall sind Sie herzlich willkommen!

Elke Odrich-Liebthal
Do, 17.09.2015, 16:00-18:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

620152L *nachmittags*
Smartphone, iPhone und Tablet-PC
Grundlegende Informationen
Das Seminar richtet sich an all diejenigen, die noch kein Smartphone/Tablet haben, aber sich vielleicht eines anschaffen möchten. Die nicht wissen, ob Smartphone oder Tablet, Google oder Apple für sie in Frage kommt. Der Inhalt des Seminars soll Ihnen die Möglichkeiten der mobilen Kommunikation aufzeigen: Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Sprachen lernen, Reisen planen, Navigation beim Wandern und vieles mehr. In diesem Seminar lernen Sie einfache Wege in die digitale Welt kennen.

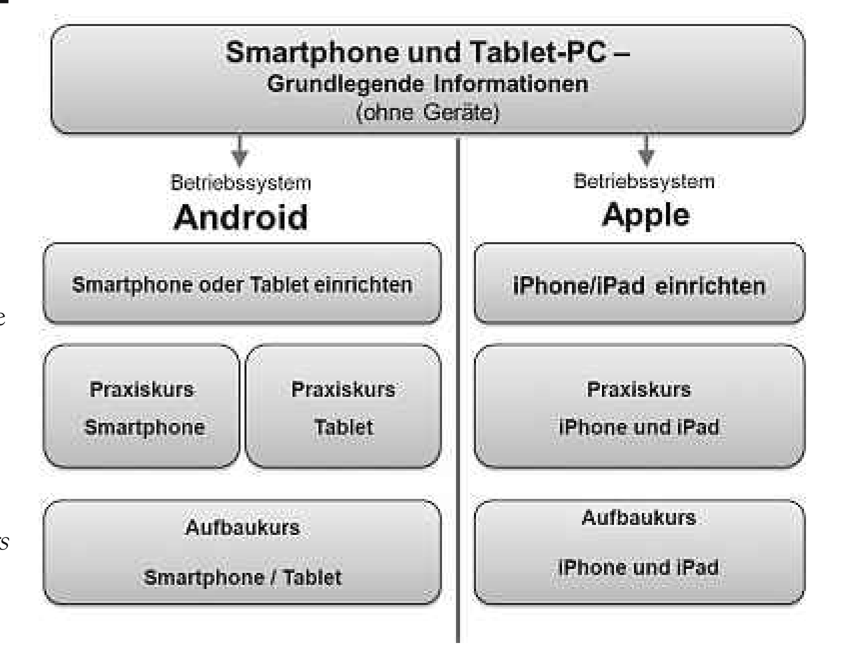
Rainer Kauffmann
Mo, 05.10.2015, 14:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 112
31,00 €

Smartphone und Tablet mit Android-Betriebssystem

Mein eigenes Smartphone einrichten (mit Android-Betriebssystem)
Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger, die sich ein Smartphone zugelegt haben, jedoch mit Einrichtung und Einstellungen Probleme haben. Dieser Kurs ist nicht geeignet für Windows Mobile oder Blackberry.
Inhalt:
Google Account einrichten
Bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit.

620252L *nachmittags*
Richard Zeitler
Do, 22.10.2015, 13:00-13:45 Uhr
vhs, Raum 112
8,00 € (keine Ermäßigung)

620352L *nachmittags*
Richard Zeitler
Mo, 11.01.2016, 13:00-13:45 Uhr
vhs, Raum 112
8,00 € (keine Ermäßigung)



Praxiskurs Smartphone mit Betriebssystem Android
Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger, die sich ein Smartphone zugelegt oder es geschenkt bekommen haben. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information bei Reisen, Sprachen, Wandern, Musik, Fotografie, Lesen, Gesundheit, Navigation und vielem anderen. Mit einem Smartphone steht Ihnen das Internet auch unterwegs zur Verfügung und ist einfach und sicher zu bedienen. Der Schwerpunkt liegt auf den „Apps“. Was sind Apps, wie finde ich die richtigen und wie bekomme ich diese auf mein Gerät? Wie organisiere ich meine Apps, damit ich optimal damit arbeiten kann.

Voraussetzung:
Anmeldung bei Google (Google Account).

620452L *nachmittags*
Richard Zeitler
Do, 22.10.2015, 14:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 112
29,00 €

620552L *nachmittags*
Richard Zeitler
Mo, 11.01.2016, 14:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 112
29,00 €

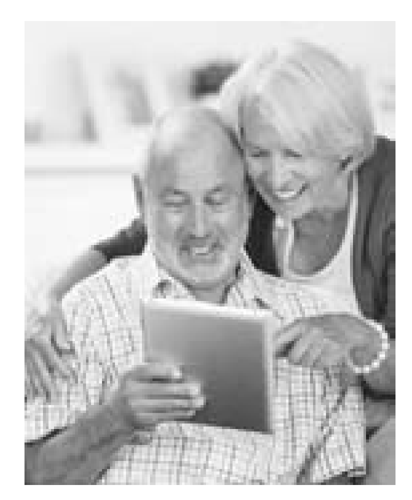
EDV-Grundlagen/Betriebssystem/Internet

620652L *nachmittags*
Aufbaukurs Smartphone mit Betriebssystem Android
Dieser Kurs richtet sich an Smartphone Besitzer, welche ihr Gerät besser nutzen wollen. Wie organisiere ich mein Smartphone? Welche Einstellungen sind für mich wichtig? Wie verwalte ich meine Daten und wie tausche ich sie mit meinem PC aus? Welche Hilfsmittel stehen mir zur Verfügung? In diesem Kurs lernen Sie Ihr Gerät effektiver zu bedienen und einzusetzen. Sie erfahren, wie Sie Ihre Apps organisieren sollten, damit Sie optimal damit arbeiten können. Außerdem erfahren Sie mehr über Cloud Computing und Dropbox sowie über die Einbindung Ihres Smartphones in die Umgebung von Kamera oder PC und die dazugehörigen Anwendungen.
Voraussetzung:
Anmeldung bei Google (Google Account).

Richard Zeitler
Mi, 03.02.2016, 14:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 112
29,00 €

620752LS *nachmittags*
Mein Tablet einrichten mit Betriebssystem Android
Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger, die sich ein Tablet mit dem Betriebssystem Android zugelegt haben, jedoch mit Einrichtung und Einstellungen Probleme haben. Dieser Kurs ist nicht geeignet für Windows-Tablets oder iPads.
Bringen Sie Ihr eigenes Tablet mit.

Richard Zeitler
Mo, 18.01.2016, 13:00-13:45 Uhr
vhs, Raum 112
8,00 € (keine Ermäßigung)



620852LS *nachmittags*
Praxiskurs Tablet mit Android Betriebssystem
Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger, die sich ein Tablet mit dem Betriebssystem Android zugelegt oder es geschenkt bekommen haben. Mit einem Tablet steht Ihnen das Internet auch unterwegs zur Verfügung und ist einfach und sicher zu bedienen. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information bei Reisen, Sprachen, Wandern, Musik, Fotografie, Lesen, Gesundheit, Navigation und vielem anderen. Der Schwerpunkt liegt auf den „Apps". Was sind Apps, wie finde ich die richtigen und wie bekomme ich diese auf mein Gerät? Wie organisiere ich meine Apps, damit ich optimal damit arbeiten kann.
Voraussetzung:
Anmeldung bei Google (Google Account).

Richard Zeitler
Mo, 18.01.2016, 14:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 112
29,00 €

iPhone und iPad

620952LS *nachmittags*
Das eigene iPhone oder iPad einrichten
Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger, die sich ein iPhone oder iPad zugelegt haben, jedoch mit Einrichtung und Einstellungen Probleme haben.
Inhalt:
Apple Account einstellen, iCloud einstellen, wie nutze ich WLAN?
Bringen Sie Ihr eigenes iPhone oder iPad mit.

Richard Zeitler
Mi, 27.01.2016, 13:00-13:45 Uhr
vhs, Raum 112
8,00 € (keine Ermäßigung)

621052LS *nachmittags*
Praxiskurs - iPad und iPhone
Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger, die sich ein iPhone oder iPad zugelegt oder es geschenkt bekommen haben. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information bei Reisen, Sprachen, Wandern, Musik, Fotografie, Lesen, Gesundheit, Navigation und vielem anderen. Mit einem iPhone oder iPad steht Ihnen das Internet auch unterwegs zur Verfügung und ist einfach und sicher zu bedienen. Der Schwerpunkt liegt auf den „Apps". Was sind Apps, wie finde ich die richtigen und wie bekomme ich diese auf mein Gerät? Wie organisiere ich meine Apps, damit ich optimal damit arbeiten kann.
Voraussetzung:
Anmeldung bei Apple (Apple Account).

Richard Zeitler
Mi, 27.01.2016, 14:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 112
29,00 €

EDV-Grundlagen



PC-Einsteigerkurs 50 plus mit Windows 7/8
Wenn Sie erste Erfahrungen mit dem Computer in aller Ruhe und mit intensiver Betreuung durch den Kursleiter wagen wollen, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Lernen Sie die wichtigsten Begriffe und Handhabung des PC in ruhiger Atmosphäre kennen.
Inhalte:
Wie benutze ich den PC?
Wie verwende ich Maus und Tastatur?
Wozu braucht der PC ein Betriebssystem?
Welche Arten von Programmen gibt es und was macht man damit?
Welche Begriffe sollte ich kennen und verstehen, wenn ich mir einen PC kaufen möchte?
Vorkenntnisse:
keine
Hinweis: Wer mit Windows 8 arbeiten möchte, bitte den eigenen Laptop mitbringen.

623152LS *vormittags*
Gerhard Seiz
Di, 06.10.2015, Do, 08.10.2015
Di, 13.10.2015, Do, 15.10.2015
Di, 20.10.2015, Do, 22.10.2015
jeweils von 09:00-12:00 Uhr
vhs, Raum 113
138,00 €

623252LS *vormittags*
Sandra Bickel
Mi, 13.01.2016, Fr, 15.01.2016
Mi, 20.01.2016, Fr, 22.01.2016
Mi, 27.01.2016, Fr, 29.01.2016
jeweils von 09:00-12:00 Uhr
vhs, Raum 113
138,00 €

623352LS *vormittags*
Auffrischen von PC-Kenntnissen
Sie haben vor einiger Zeit bereits einen PC-Einsteigerkurs absolviert oder kennen sich schon ein bisschen am PC aus, sind aber dennoch unsicher? Ziel des Kurses ist es, vorhandenes Wissen zu festigen und darauf aufbauend weitere Möglichkeiten im Umgang mit dem PC kennenzulernen.
Inhalte:
Die wichtigsten Informationen zu Hardware und Software
Dateien speichern und verwalten
Texte schreiben und speichern
Erste Schritte im Internet
Vorkenntnisse:
Erste Erfahrungen mit dem PC

Karin Grager-Wondraschek
mittwochs, 09:00-12:00 Uhr
3 mal ab Mi, 14.10.2015
vhs, Raum 113
64,00 €

623452LS *nachmittags*
PC im alltäglichen Einsatz
Wir werden immer wiederkehrende Fragen hinsichtlich der Dateiverwaltung unter Windows, der effektiven Nutzung des Programms Word und einer sinnvollen Vorgehensweise im Internet und der Handhabung von E-Mails behandeln. Dabei sind Ihre Anliegen gefragt.
Inhalte:
Ordnung auf dem PC schaffen (Dateien in Ordnern ablegen, Dateien verschieben, kopieren und löschen), Dateien wieder finden, die wichtigsten Elemente des Textprogramms WORD (Briefköpfe als Vorlage, Textteile kopieren und verschieben; Aufzählungen, Bilder einfügen etc.), sinnvolle Strategien im Internet (Suchen mit Suchmaschinen, Lesezeichen für wichtige Internetseiten etc.), Emails mit Anhängen versenden.
Vorkenntnisse:
Maus- und Tastaturkenntnisse, erste Erfahrungen im Internet und beim Erstellen von Texten

Karin Grager-Wondraschek
mittwochs, 14:00-17:00 Uhr
4 mal ab Mi, 13.01.2016
vhs, Raum 113
97,00 €

Unser EDV-Raum
In unserem EDV-Raum steht jedem Teilnehmer ein PC mit Internetanschluss zur Verfügung. Sie arbeiten mit Windows 7 als Betriebssystem und den Office-Versionen 2007 oder 2010. Darüber hinaus werden weitere Programme entsprechend der jeweiligen Kursbeschreibung eingesetzt.



623852L *nachmittags*

Der Mac - Grundlagen

MacOSx ab 10.7.x

In dieser Einführung stellen wir Ihnen die im Betriebssystem Macintosh enthaltene Software vor und erklären Ihnen, wie Sie diese Plattform richtig nutzen. Wir zeigen Ihnen, wie die verschiedensten Aufgaben mit dem Macintosh zu lösen sind. Sie erhalten Antworten, Tipps, Kniffe und Hilfestellung für Ihren Ein- oder Umstieg.

Inhalte:

Elemente der Benutzeroberfläche kennenlernen
Ausführen einfacher Aufgaben am Macintosh
Installation, Aktualisieren und Entfernen von Programmen
Erstellen von Benutzerkonten
Schützen des Computers

Bringen Sie bitte Ihren eigenen Laptop mit!

Vorkenntnisse: keine
In Kooperation mit der vhs Gerlingen und der vhs Korntal-Münchingen.

Frank Müller
freitags, 15:00-18:00 Uhr
4 mal ab Fr, 15.01.2016
vhs, Raum 113
127,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Kleingruppe
Beim Lernen in einer Kleingruppe gibt es einen größeren zeitlichen Spielraum, um sich um die Fragen und Bedürfnisse der jeweiligen Teilnehmer zu kümmern. Nutzen Sie diese Gelegenheit des intensiveren Austauschs mit dem Dozenten. Es werden maximal 7 Teilnehmer in einem Kurs sein.

Internet

625052LS *vormittags*

Internet Basiskurs 50 plus

Wollen Sie sich ein Bild von den vielfältigen Möglichkeiten des Internet machen oder E-Mails an Freunde oder Verwandte schreiben, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Wir zeigen Ihnen, wie Sie auch mit wenig PC-Erfahrung rasch ins Internet kommen.

Inhalte:

Wie komme ich ins Internet?
Informationssuche im Internet
Wie drucke ich Informationen aus?
Wie kann ich E-Mails erstellen, verschicken und empfangen?

Vorkenntnisse:

Grundlegende PC-Kenntnisse

Gerhard Seiz
Di, 10.11.2015, Do, 12.11.2015
Di, 17.11.2015, Do, 19.11.2015
Di, 24.11.2015, Do, 26.11.2015
jeweils von 09:00-12:00 Uhr
vhs, Raum 113
138,00 €

625152LS *vormittags*

Internet Tipps & Tricks

Sie haben erste Erfahrungen mit dem Internet gesammelt und nutzen das Medium bereits, möchten nun mehr über verschiedene Möglichkeiten erfahren. Im Kurs lernen Sie, wie Ihr Browser (Firefox, Internet-Explorer) individuell eingestellt wird, was beim Drucken von Internet-Seiten zu beachten ist. Lesezeichen bzw. Favoriten erleichtern den Umgang und das rasche Aufrufen von Adressen. Das Herunterladen (Download) von Programmen gehört zum Kursinhalt ebenso wie das wichtige Thema Sicherheit.

Vorkenntnisse:

PC-Basiswissen, Internet-Grundkenntnisse

Gerhard Seiz
dienstags, 09:00-12:00 Uhr
3 mal ab Di, 12.01.2016
vhs, Raum 113
69,00 €



625252LS

Cloud - im Internet? Dropbox und Co!

Kostenlose und nützliche Anwendungen in der Cloud.

Cloud-Computing muss nicht kompliziert sein: Für den Gebrauch im privaten oder im beruflichen Umfeld stehen verschiedene praktische Dienste und Programme bereit. Lernen Sie an Beispielen, wie Sie Ihre Daten ohne großen Aufwand austauschen und verwalten können. Speichern Sie Dateien, Fotos, Videos, Notizen und vieles mehr im Internet. Organisieren Sie Ihre Daten im Internet und greifen Sie dazu jederzeit von überall darauf zu. All dies ermöglichen neue Dienste im Internet, die als Cloud-Dienste bezeichnet werden.

Inhalte:

Dropbox
Bilder im Netz
Ordner und Dateien für den gemeinsamen Zugriff freigeben
Google-Drive oder OneDrive u.v.a.

Vorkenntnisse:

Gute Internet-Kenntnisse.
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Toni Ginsel
Mo, 05.10.2015, 18:00-21:00 Uhr
Haus der Volkshochschule Gerlingen, Schulstr. 19, Raum 1.2
26,00 € (keine Ermäßigung)

625452LS *nachmittags*

Bilder und Daten in der Cloud speichern, wie geht das?

Meine Bilder oder Daten jederzeit zur Verfügung zu haben, wäre das nicht wunderbar? Des Rätsels Lösung ist das Speichern in der Cloud („Datenwolke“)! In diesem Kurs erfahren Sie, was und wozu ein Cloudspeicher gut ist. Ob Dropbox, Onedrive oder iCloud - Sie lernen die populärsten Anbieter von Clouds und deren Funktionsweise und Unterschiede kennen. Aber auch die Risiken der Cloud werden klar aufgezeigt.

Vorkenntnisse:

Windows 7 / 8.1 oder Apple iPad/iPhone Kenntnisse

Norbert Vonwald
Do, 12.11.2015, 14:00-17:45 Uhr
vhs, Raum 113
28,00 €

625552LS *vormittags*

Bilder als E-Mail-Anhang

Das Fotografieren mit Digitalkameras wird immer beliebter. Ebenso die Möglichkeit, einen „Schnappschuss“ mal eben per E-Mail an Freunde und Bekannte zu schicken. Im Kurs erfahren Sie, wie Sie am besten vorgehen, angefangen mit dem Übertragen der Bilder von der Kamera auf den PC, das Speichern und Bearbeiten der Fotos. Sie lernen und üben an praktischen Beispielen wie Fotos für den Mail-Versand vorbereitet werden (ohne aufwändige oder teure Spezial-Programme) und fügen Fotos als Anhang E-Mail-Nachrichten bei.

Vorkenntnisse:

PC-Basiswissen, eine bestehende E-Mail-Adresse

Gerhard Seiz
montags, 09:00-12:00 Uhr
2 mal ab Mo, 18.01.2016
vhs, Raum 113
49,00 €

Betriebssystem/EDV-Anwendungen

Betriebssysteme und Datensicherheit

629152L
Windows 7 / 8 - Grundlagen
Der Kurs richtet sich an Anwender, die das Betriebssystem besser verstehen und ihren PC effektiver nutzen wollen. Es wird Windows 7 und Windows 8 behandelt.
Inhalte:
Die Benutzeroberfläche („Desktop“ und „Arbeitsplatz“)
Neue Fenstertechniken
Programme starten, installieren und entfernen
Bibliotheken und Standardordner, individuelle Benutzerordner, Laufwerke - Ordner - Dateien
Startmenü, Taskleiste, Verknüpfungen, Druckersteuerung, Zwischenablage
Windows und Virenschutz aktualisieren (Download aus dem Internet)
Datenaustausch zwischen Windows-Anwendungen (Word zu E-Mail, Internet zu Word)
Vorkenntnisse:
Kenntnisse im Umgang mit dem PC.
Hinweis: Wer mit Windows 8 arbeiten möchte, bitte den eigenen Laptop mitbringen.

Klaus-Jürgen Haney
dienstags, 18:30-21:30 Uhr
6 mal ab Di, 10.11.2015
vhs, Raum 113
141,00 €

629252L *vormittags*
Ordnung auf dem PC
Sie haben einen neuen Computer mit vorinstallierter Software, hier ein tolles Computerspiel, da eine Foto-CD, ein Bekannter installiert auch noch einen schönen Bildschirmschoner.... Plötzlich fehlt der Überblick, die Festplatte ist voll - guter Rat teuer! Hier lernen Sie, wie Sie mit etwas System Ordnung und Überblick über Ihren PC behalten. Dazu gehören die Wartung des Startmenüs sowie das Arbeiten mit Ordnern und Unterordnern.
Inhalte:
Erstellen einer Ordnerstruktur
Gezieltes Speichern und Öffnen von Dateien in Ordnern
Kopieren, Verschieben und Löschen von Dateien und Ordnern
Gezielte Suche nach Dateien auf dem PC
Vorkenntnisse:
Erste Kenntnisse im Umgang mit dem PC

Gerhard Seiz
montags, 09:00-12:00 Uhr
2 mal ab Mo, 09.11.2015
vhs, Raum 113
45,00 €

629352L
WLAN - Sicher einrichten
Wie sicher ist mein WLAN zuhause und wie sichere ich es sinnvoll ab? Sie erhalten Grundsätzliches über WLAN-Sicherheit vermittelt und bekommen anhand eines Beispiels (typische Konfiguration eines handelsüblichen WLAN-Routers) erklärt, wie Sie Ihr Heimnetzwerk vernünftig gegen Fremdzugriffe sichern.
Inhalte:
Architektur
Verschlussarten
Konfiguration am Beispiel
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Carsten Noppel
Do, 19.11.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum 113
25,00 €

629452L
CD/DVD/Blue-ray brennen
Lernen Sie die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten des Brennprogramms wie CDBurner oder Nero kennen. Sie brennen CDs und DVDs, machen Sicherungskopien und Backups, erstellen MP3-Dateien aus Ihren Musik-CDs und lernen, worauf man besonders achten muss u. v. m. Die im Kurs verwendeten kostenlosen Programme können im Privatbereich ausnahmslos eingesetzt werden und befinden sich bereits auf der Seminar-CD.
Vorkenntnisse:
Grundkenntnisse am Computer.
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Toni Ginsel
Di, 27.10.2015, 18:00-21:00 Uhr
Haus der Volkshochschule Gerlingen, Schulstr. 19, Raum 1.2
31,00 € (keine Ermäßigung)

Office



643152L *vormittags*
Fit im Office 2007/2010 für Wiedereinsteiger/-innen
Um erfolgreich wieder in den Beruf einsteigen zu können, sind Kenntnisse in Word und Excel eine wichtige Voraussetzung. Frischen Sie Ihre bisherigen Kenntnisse auf und erweitern Sie diese. Im Kurs wird auf die wichtigsten Funktionen von Word und Excel eingegangen.
Inhalte:
Word:
Sinnvolle Einstellungen von Word und Excel
Geschäftsbriefe (nach DIN 5008) erstellen
Tabellen in Word erstellen, gestalten, sortieren
Mit Kopf- und Fußzeilen arbeiten
Texte mit Graphiken versehen
Excel:
Tabellen erstellen und gestalten
Einfache Berechnungen
Statistik-Funktionen
Sortieren und Filtern von Tabellen
Vorkenntnisse:
Erste Kenntnisse in Word und Excel

Sandra Bickel
freitags, 08:30-11:30 Uhr
6 mal ab Fr, 09.10.2015
vhs, Raum 113
143,00 €

643252L
Fit im Office 2007/2010 für Fortgeschrittene
Word, Excel und PowerPoint
Die Office-Programme bieten viele Möglichkeiten, Aufgaben rationeller und effektiver anzugehen. Wenn Sie mit den grundlegenden Funktionen der Programme vertraut sind, können Sie hier in kurzer Zeit die wichtigsten fortgeschritteneren Optionen und Funktionen, aber auch das Zusammenspiel zwischen den Programmen kennen lernen:
Word:
Sinnvolle Programmeinstellungen
Serienbriefe erstellen (incl. Daten aus Excel bzw. Access)
Excel-Tabellen in Word einbinden
Autokorrektur nutzen
Tipps und Tricks
Excel:
Arbeiten in großen Tabellen
Autofilter sinnvoll nutzen
Benutzerdefinierte Sortierungen
Rechnen mit Datum und Zeit
Die wichtigsten Funktionen (Statistik, Wenn, Runden etc.)
Diagramme gestalten
PowerPoint:
Zielgruppenorientierte Präsentationen
Excel-Tabellen in PowerPoint einbinden
Diagrammanimation
Präsentationen animieren
Interaktive Schaltflächen einsetzen
Vorkenntnisse:
Grundkenntnisse in den Programmen Word, Excel und PowerPoint

Detlef Löser
montags, 18:30-21:30 Uhr
6 mal ab Mo, 11.01.2016
vhs, Raum 113
143,00 €

643552L *Wochenende*
Neuigkeiten in Microsoft Office 365 (2016)
Microsoft hat eine neue Versionen von Office im Angebot: Office 365, teils auch Office 2016 genannt. Hier wurde wieder einiges gegenüber Office 2007, Office 2010 und Office 2013 erneuert. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie sich die Umstellung erleichtern können. Sie erhalten eine Datei mit Informationen zu Office sowie hilfreiche Links aus dem Internet. Gerne können Sie auch Ihren eigenen tragbaren Computer mitbringen.
Inhalte:
Neue Ansicht
Speichern in verschiedenen Formaten
Speichern in der Cloud
Touchscreen statt Tastatur und Maus
Vorkenntnisse:
Grundkenntnisse in Microsoft Office.
Bitte einen USB-Stick mitbringen.
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Maria Fähndrich
Fr, 15.01.2016, 18:00-20:15 Uhr
Haus der Volkshochschule Gerlingen, Schulstr. 19, Raum 1.2
32,00 € (keine Ermäßigung)

Bürokommunikation

644152L
Outlook 2010: E-Mailen, Organisieren und Verwalten
Outlook ist ein Programm, mit dem Sie e-mailen, in Arbeitsgruppen Termine und Besprechungen planen und abstimmen sowie Adressen und Daten verwalten können. In diesem Kurs wird Ihnen das Wissen vermittelt, das Sie für Ihre tägliche Arbeit benötigen. Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer, die Outlook bei der Arbeit im Büro, in Arbeitsgruppen oder am privaten PC zu Hause einsetzen (ECDL).
Inhalte:
Nachrichten verfassen und versenden, Zustelloptionen festlegen, Status von Nachrichten verfolgen
Kontakte verwalten, Kontakte bearbeiten
Terminkalendergestaltung, Erinnerungsfunktion, Termine bearbeiten, Terminserien festlegen
Besprechungen organisieren und planen, Einladungen versenden, Antworten auswerten
Aufgabenverwaltung
Vorkenntnisse:
PC-Einführungskurs oder vergleichbare Kenntnisse.
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Toni Ginsel
dienstags, 18:00-21:00 Uhr
3 mal ab Di, 06.10.2015
Haus der Volkshochschule Gerlingen, Schulstr. 19, Raum 1.2
89,00 € (keine Ermäßigung)

Textverarbeitung

Word 2007/2010 Grundlagen kompakt

In diesem Kurs lernen Sie in kompakter Form die Textverarbeitung mit MS Word kennen. Es werden die Grundkenntnisse vermittelt, um Texte in vielfältiger Art und Weise gestalten zu können. Das Einfügen von Grafiken, Linien und Rahmen ist ebenfalls Bestandteil des Kurses. Mögliche Druckoptionen werden behandelt und am Beispiel vertieft.

Vorkenntnisse:
Erste Kenntnisse im Umgang mit dem PC

645152L *Wochenende*
Susanne Steinhart
Sa, 10.10.2015, 09:00-16:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 113
54,00 €

645252L *vormittags*
Karin Grager-Wondraschek
mittwochs, 09:00-12:00 Uhr
2 mal ab Mi, 11.11.2015
vhs, Raum 113
54,00 €

Kompaktkurse
Bei Kompaktkursen werden aus einem bestimmten Unterrichtsvolumen die wesentlichen Punkte herausgezogen. Die Teilnehmer lernen schwerpunktmäßig das Wesentliche unter dem Gesichtspunkt der praktischen Verwertbarkeit.

645352L
Word 2007/2010 Aufbaukurs kompakt

An praxisnahen Beispielen werden die vielfältigen Möglichkeiten der Textverarbeitung vertieft. Der Kurs schließt an den Grundkurs an.

Inhalte:
Sinnvolle Einstellungen in Word
Arbeiten mit Tabellen
Gestaltung von Geschäftsbriefen mit Adressfeld
Kopf- und Fußzeilen
Graphiken in Texte einbinden
Gestaltungsmöglichkeiten im Spaltenformat

Vorkenntnisse:
Grundlegende Kenntnisse in Word

Karin Grager-Wondraschek
mittwochs, 18:00-21:00 Uhr
2 mal ab Mi, 13.01.2016
vhs, Raum 113
54,00 €

645452L
Effektives Arbeiten mit Word

Egal, ob Sie in Ihrer Firma im Sinne der „Corporate Identity" arbeiten müssen oder ob Sie im privaten Umfeld Texten und Dokumenten ein einheitliches Aussehen geben wollen, Word bietet viele Möglichkeiten dazu.

Inhalte:
Was sind Word-Designs und wie kann ich sie verwenden?
Wie kann ich Formatvorlagen verwenden und den eigenen Bedürfnissen anpassen?
Wie kann ich mit Hilfe von Dokumentvorlagen ein einheitliches Aussehen für meine Texte erzielen?
Wie kann ich das Schreiben von immer gleichen Texten mit Hilfe von Schnellbausteinen erleichtern?

Vorkenntnisse:
Grundlegende Kenntnisse mit Word

Karin Grager-Wondraschek
Mi, 25.11.2015, 18:00-21:00 Uhr
vhs, Raum 113
29,00 €

Tabellenkalkulation

Excel 2007/2010 Grundlagen

Excel wird heute in fast jedem Büro eingesetzt. Sie lernen das Konzept der Arbeitsmappen kennen, beherrschen den Einsatz von Formeln und Funktionen und können Tabellen und Diagramme ansprechend gestalten.

Inhalte:
Eingeben von Texten und Zahlen
Arbeiten mit Formeln und Funktionen
Relative und absolute Zellbezüge
Sortieren und Filtern von Listen
Zahlen-, Datums- und Zeitformate
Grafiken und Diagramme
Seitenlayout
Drucken

Vorkenntnisse:
Grundkenntnisse am PC

648152L
Detlef Löser
montags, 18:30-21:30 Uhr
6 mal ab Mo, 05.10.2015
vhs, Raum 113
137,00 €

648252L *vormittags*
Sandra Bickel
donnerstags, 08:30-11:30 Uhr
6 mal ab Do, 14.01.2016
vhs, Raum 113
137,00 €

648352L *Wochenende*
Excel 2007/2010 Aufbaukurs

In diesem Kurs lernen Sie die erweiterten Anwendungsmöglichkeiten von Excel kennen.

Inhalte:
Tabellen planen und gestalten
Arbeiten mit Namen
Arbeiten mit dem Autofilter
Benutzerdefinierte Formate
Verknüpfungen zu anderen Tabellenblättern und Arbeitsmappen
Rechnen mit Datum und Uhrzeit
Mustervorlagen und Formulare erstellen
Funktionen (Wenn-Funktion, Verweis-Funktion, Runden-Funktion)

Detlef Löser
samstags, 09:00-16:00 Uhr
2 mal ab Sa, 16.01.2016
jeweils inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 113
94,00 €

648552L
Excel - Effektiver Umgang mit langen Listen

Erleichtern Sie sich den Überblick in großen Tabellen und nutzen Sie die Möglichkeiten, die Excel Ihnen zum effektiven Umgang mit großen Datenmengen bietet.

Inhalte:
Planung und sinnvoller Aufbau von großen Tabellen
Große Tabellen am Bildschirm überblicken
Optimale Navigation in großen Tabellen
Formatierungsmöglichkeiten
Auto- und Spezialfilter
Ausdruck von großen Tabellen

Nada Heller
Do, 12.11.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum 113
24,00 €

648652L
Schnelle Daten-Analyse mit Pivot-Tabellen Excel 2010

Zur Aufbereitung und Analyse umfangreicher Daten bietet Excel Pivot-Tabellen an. Damit können Sie schnell, flexibel und effizient Daten nach beliebigen Fragestellungen auswerten und auch als Diagramm darstellen.

Inhalte:
Aufbereitung der Daten
Pivot-Tabellen erstellen
Layout von Pivot-Tabellen verändern
Details hinzufügen / ausblenden
Tabellen als Diagramm darstellen

Vorkenntnisse:
Excel-Grundkenntnisse

Nada Heller
Do, 26.11.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum 113
38,00 €

648752L
Mustervorlagen erstellen mit Excel 2010

Immer wiederkehrende Berechnungen lassen sich durch Mustervorlagen effizienter bearbeiten. Erstellen Sie sich ein Formular, in das Sie nur die Basisdaten eintragen müssen, die Berechnung erfolgt automatisch dann aufgrund der einmal hinterlegten Formeln und Funktionen.

Inhalte:
Erstellen einer Vorlage (z.B. Kassenbuch)
Einfügen von Formeln und Funktionen
Zellformate und Seitenlayout
Schützen von Zellen und Formeln
Abspeichern als Mustervorlage

Detlef Löser
Mo, 30.11.2015, 18:30-21:30 Uhr
vhs, Raum 113
24,00 €

648852L
Formeln und Funktionen mit Excel 2007/2010

Brutto und Netto, Rabatte, Haushaltsbuch, Geburtstagsliste, Kraftstoffverbrauch, Arbeitszeittabelle, Fälligkeitstermine, Trainingsstatistik: überall machen sich Formeln und Funktionen nützlich. Der Kurs nimmt verstärkt die Excelfragen der Teilnehmer in den Blick.

Inhalte:
Von der Formel zur Funktion: Funktionsassistent verwenden
Formeln und Funktionen verschachteln
Rundungsprobleme lösen
Mathematische, logische und statistische Funktionen
Datums- und Zeitfunktionen
Verweisfunktionen

Vorkenntnisse:
Excel-Grundkenntnisse

Reinhard Lieske
dienstags, 18:30-21:30 Uhr
3 mal ab Di, 19.01.2016
vhs, Raum 113
76,00 €

Wir qualifizieren Ihre Mitarbeiter!
Sie sind auf der Suche nach maßgeschneiderten Schulungen im EDV-Bereich oder der beruflichen Bildung? Wir sind gerne für Sie da. Sprechen Sie uns an und vereinbaren Sie mit uns ein Beratungsgespräch: Wir erstellen mit Ihnen zusammen ein Konzept, passend für Ihre Mitarbeiter.
Wir organisieren Ihnen die passenden Dozenten. Sie entscheiden, ob Inhouse oder in unseren Räumen geschult werden soll.
Ihr Ansprechpartner für Firmenschulungen ist Frau Elke Odrich-Liebthal, Telefon: 07152 3099-41, E-Mail: odl@leonberg.de.

EDV-Anwendungen

Präsentation



PowerPoint 2007/2010 kompakt

Vom Erstellen einer einzelnen Folie bis hin zu einer fertigen Präsentation bekommen Sie hier das nötige Know-how kompakt vermittelt.

Inhalte:

Grundlagen zum Erstellen einer Präsentation
Erstellen von Textfolien
Formatierungsmöglichkeiten von Folien
Einfügen von Bildern
Arbeiten in den verschiedenen Ansichten
Präsentationen vorführen

Vorkenntnisse: Word Basiswissen

660152L *Wochenende*

Susanne Steinhart
Sa, 14.11.2015, 09:00-16:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 113
54,00 €

660252L

Karin Grager-Wondraschek
mittwochs, 18:00-21:00 Uhr
2 mal ab Mi, 17.02.2016
vhs, Raum 113
54,00 €

In den meisten längerfristigen EDV-Kursen werden Kursbegleitmaterialien ausgegeben. Diese sind im Kurspreis enthalten. Teilnahmebescheinigungen werden nur bei beruflich relevanten Kursen ausgestellt.

Bitte beachten Sie auch das Seminar: „Zeige Dich von Deiner Schokoladenseite - Umgangsformen im Alltag und Beruf“ Kurs-Nr. 610552C in Weil der Stadt.

Programmieren

680152L *Wochenende*

Makro-Programmierung mit Word und Excel 2007/2010

Sie arbeiten täglich mit Word und Excel, machen regelmäßig immer die gleichen Handgriffe und fragen sich, ob man dies nicht effektiver gestalten könnte. Mit Makros können Sie Arbeitsabläufe erfassen und vereinfacht abwickeln, indem Sie immer wiederkehrende Vorgänge in Word oder Excel automatisieren.

Inhalt:

Einfache Makros in Word und Excel aufzeichnen und ausführen
Makros verändern
Makros speichern und verwalten
Umgang mit dem Visual-Basic-Editor
Einführung in die VBA Programmierung

Vorkenntnisse:

Gute Word und Excel-Kenntnisse.
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Nada Heller
donnerstags, 18:30-21:30 Uhr
2 mal ab Do, 21.01.2016
vhs, Raum 113
50,00 €



680252L *Wochenende*

Einfache App-Programmierung

Der Begriff App für Mobiltelefone, Smartphones und Tablet-Rechner ist derzeit in aller Munde. Möchten Sie mehr über die Hintergründe erfahren und darüber, wie Sie ohne Programmierkenntnisse selbst Apps erstellen können? Im Seminar entwickeln Sie erste eigene, einfache Apps und testen diese in einem Simulator.

Inhalt:

Was ist eine App? Was ist der Unterschied zur Webseite?
Läuft eine App auf allen Mobiltelefonen, Smartphones und Tabletrechnern?
Welche Möglichkeiten gibt es, um selbst eine App zu entwickeln?
Programmieren einer einfachen App

Vorkenntnisse:

Sicher im Umgang mit dem PC und Internet
Nach Möglichkeit Zugangsdaten zu einem Google-Account.
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Dr. Cora Burger
Sa, 21.11.2015, 10:00-17:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
vhs, Raum 113
47,00 €

Web-Publishing

683152L *Wochenende*

Joomla - Webseiten mit dem preisgekrönten kostenlosen CMS

Joomla! ist das preisgekrönte und kostenlose Content Management System (CMS), das es Ihnen ermöglicht, kleine Webseiten aber auch große leistungsfähige Online-Anwendungen und Portale zu erstellen und auf sehr einfache Weise zu verwalten. Der große Vorteil von Joomla ist, dass es völlig kostenlos und mit offenem Quellcode zu bekommen ist. Sie müssen keine Programmierkenntnisse (HTML, PHP oder CSS) haben, um eine Webseite zu erstellen und zu verwalten, sondern können sich vollkommen auf das eigentliche Ziel der Webseite konzentrieren. Nach diesem Seminar verfügen Sie als Teilnehmer über die Kompetenz und Qualifikation, professionelle Webseiten sicher und zügig zu produzieren und zu pflegen. Anhand von Übungen und Beispielen aus Ihrer Praxis haben Sie gelernt, alle wichtigen Komponenten und Module von Joomla wirkungsvoll einzusetzen.

Vorkenntnisse:

Gute Internet-Kenntnisse.
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Toni Ginsel
Fr, 20.11.2015, 18:00-21:00 Uhr
Sa, 21.11.2015, 08:30-17:00 Uhr
Haus der Volkshochschule Gerlingen, Schulstr. 19, Raum 1.2
110,00 € (keine Ermäßigung)

In den Kursen 620152L – 683152L sind z.T. Kosten für Kursunterlagen bis zu 15,00 € enthalten. Auf diese Kosten wird keine Ermäßigung gewährt. Teilnahmebescheinigungen werden nur für beruflich relevante Kurse ausgestellt.

VHS-Kinder-Akademie



Experten aus allen Fachbereichen stellen sich den Fragen von Kindern im Alter von **8 - 12 Jahren** die kindlich einfach scheinen, aber gerade deshalb schwierig zu beantworten sind.
Das Ziel der VHS-Kinderakademie ist die ergänzende Bildung in den verschiedensten Wissensbereichen. Im Laufe eines Semesters werden an vier Samstagen jeweils um 10:30 Uhr in der vhs Vorlesungen und Workshops zu spannenden und interessanten Themen angeboten. **Bei Vorlage des Knax-Ausweises am jeweiligen Veranstaltungstag erhalten KNAXianer eine Ermäßigung von 1 €.**

800152LK *Wochenende*
Schreiben ohne Buchstaben - wie geht denn das?

Willst Du wissen, wie sich Seeleute in früheren Zeiten in Notsituationen untereinander verständigt haben? Hast Du Spaß an Geheimschriften, an Technik und interessanten Geschichten? Möchtest Du wissen, wer Samuel Morse, der Erfinder des ersten Morse-Apparates, war? Weißt Du, was „SOS" bedeutet? Hier wirst Du viel erfahren über die vielfältigen Kommunikations- und Informationsübertragungen von früher bis heute. Du wirst das sogenannte Morse-Alphabet kennenlernen, eine Anleitung für einen selbst zu bauenden Morse-Apparat bekommen und Informationen über das Leben des berühmten Erfinders erhalten.

Gudrun Hawle-Willging
Sa, 10.10.2015, 10:30-11:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (keine Ermäßigung)

800252LK *Wochenende*
Wie funktioniert eigentlich Strom?

Elektrischer Strom ist eine geheimnisvolle Sache. Sehr nützlich – aber auch sehr gefährlich. Aber was ist eigentlich Strom und wo kommt er her und wie kann ich ihn erzeugen? Wie kann man ihn sicher benutzen? Dazu müssen wir erst auf einer einsamen Insel stranden, wo uns nur unser Erfindergeist weiterhelfen kann. Wenn wir es schaffen, Strom zu erzeugen, gibt es gute Aussicht auf Rettung. Einigen wird dabei sicher das ein oder andere Licht aufgehen.

Dr. Ralf Laternser
Sa, 14.11.2015, 10:30-11:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (keine Ermäßigung)





In Kooperation mit der Kreissparkasse Böblingen.

800352LK *Wochenende*
Ich baue mir meine Stadt - wie könnte die aussehen?

„Ball spielen verboten!" – dieses und viele andere Verbotsschilder gehören für Kinder heutzutage zum Alltag. Würde es diese Verbotsschilder in einer von Euch geplanten Stadt auch geben? Haben Kinder überhaupt Möglichkeiten, sich an der Planung z. B. eines Spielplatzes zu beteiligen? Eine Stadtplanungsforscherin, die sich vor allem um die Gestaltung der von Kindern genutzten Stadtbereiche kümmert, berichtet Euch, wie sie die Ideen und Erwartungen von Kindern einbezieht und wie die Ergebnisse dann aussehen.

Julia Krumwieh
Sa, 12.12.2015, 10:30-11:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (keine Ermäßigung)

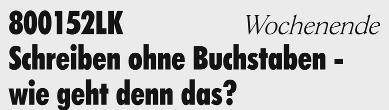
800452LK *Wochenende*
Wie wild war der Wilde Westen?

Der Wilde Westen bezeichnet die Zeit der Einwanderung vieler Europäer in die heutigen Vereinigten Staaten von Amerika zwischen etwa 1850 und 1900. Es ist die Zeit, in der sich die neuen Siedler mit Planwagen von der Ostküste aus ins Landesinnere auf dem Weg machten, um für sich ein Fleckchen Erde zu finden, auf dem sie sich eine neue Zukunft aufbauen konnten. Zugleich wurden in den USA riesige Eisenbahntrassen quer über den Kontinent von Ost nach West gebaut. Bei ihrer Suche trafen die weißen Siedler auch auf die Indianer, die Ureinwohner Amerikas. Das Zusammentreffen beider Kulturen war dabei oft von gegenseitigem Misstrauen, Feindschaft und Kämpfen gekennzeichnet.

Matthias Hofmann M. A.
Sa, 16.01.2016, 10:30-11:30 Uhr
vhs, Konferenzraum
5,00 € (keine Ermäßigung)

JUNGE VHS – Kurse für Kinder- und Jugendliche in Leonberg

Natur



Jugend presst den eigenen Apfelsaft

Unter dem Motto: „Jugend presst den eigenen Apfelsaft" sind Kinder und Jugendliche bis 14 Jahren zum Mitmachen eingeladen. Die Veranstaltung ist auf dem Gartengrundstück Schumisberg 16. Vor Ort werden gemeinsam die Äpfel gesammelt, gemahlen, gepresst und der Saft in die Flasche abgefüllt. Auch die Eltern sind herzlich willkommen. Die Anfahrt erfolgt über die verlängerte Südrandstraße/ Landesstraße Richtung Stuttgart, bei der Bushaltestelle Schumisberg einbiegen, von dort aus ist ausgeschildert.
Martin Esslinger / Dennis Epple
Sa, 26.09.2015, 13:00-17:00 Uhr
kostenfrei, keine Anmeldung erforderlich

Mathematik



801252LK *Ferienkurs*
Fit in Mathematik
Klasse 10 Realschule

Dieser Kurs soll helfen, Lücken im mathematischen Grundwissen zu schließen und damit eine bessere Ausgangsposition für den Stoff des letzten Jahres zu schaffen. Es werden alle Themenbereiche der 9. Klasse wiederholt und anhand von Übungsaufgaben die Kenntnisse überprüft und vertieft.

Uwe Laich
Mo-Do, 02.11.-05.11.2015
jeweils von 09:30-12:30 Uhr
vhs, Raum E 2
61,00 € (keine Ermäßigung)

801352LK *Wochenende*
Mathetraining - Mittlere Reife

Übungsbuch: Realschule 2015, Mathematik, Stark-Verlag.
Anhand von Abschlussaufgaben der letzten Jahre können sich Schüler der allgemeinen Realschule auf die Prüfung vorbereiten. Es werden beispielhaft Aufgaben gerechnet und besprochen; auch auf individuelle Probleme kann eingegangen werden.

Christian Liebthal
Sa, 16.01./23.01./30.01./ 20.02.2016
jeweils 09:30-12:30 Uhr
vhs, Raum E 1
61,00 € (keine Ermäßigung)

801452LK *Wochenende*
Mathetraining - Abitur

Anhand von Beispielen, insbesondere aus den Orginalklausuren, werden die verschiedenen Typen von Aufgaben aus der Analysis und der analytischen Geometrie des Pflicht- und Wahlteils durchgearbeitet. Die Aufgaben orientieren sich am Stoff der allgemeinbildenden Gymnasien. Schwerpunkt sind die Textaufgaben des Wahlteils, die Strategie zur Lösung und der Einsatz des GTR. Die Interessen der Teilnehmer werden wo immer möglich, berücksichtigt.
Zielgruppe dieses Mathe-Trainings sind Abiturienten, die vor allem ihre Sicherheit im Umgang mit Textaufgaben verbessern wollen.
Bitte aktuelle Sammlung von Abituraufgaben Baden-Württemberg mitbringen.

Anika Holtermüller
samstags, 09:00-13:00 Uhr
3 mal ab Sa, 16.01.2016
vhs, Raum 107
61,00 € (keine Ermäßigung)

Lerntechniken

804152LK *Wochenende*
Lernen lernen: Mit weniger Aufwand mehr Erfolg Klassen 5 - 8
Schule muss nun einmal sein, aber man kann sie sich so angenehm wie möglich machen. Deshalb gibt es hier die wichtigsten Tipps und einige Übungen:
wie man effektiv lernt, statt nur zu pauken;
wie man Hausaufgaben zügig erledigt, statt darüber zu brüten;
wie man sich mündlich am Unterricht beteiligt und dadurch die Noten verbessert;
was man tun kann, wenn man etwas nicht kapiert hat.
Die erste Stunde von 9-10 Uhr wird für Eltern und Schüler/-innen gemeinsam angeboten. Die Teilnahme wenigstens eines Elternteils ist wichtig, damit Sie Ihr Kind im Sinne des Gelernten zu Hause unterstützen können. Das Angebot ab 10:00 Uhr ist nur für Schüler/-innen bestimmt.
Eine Kursmappe (2 €) kann bei der Dozentin erworben werden.
Bitte nur das Kind anmelden.

Dr. Anke Albert
Sa, 28.11.2015, 09:00-12:30 Uhr
vhs, Raum 105
17,00 € (keine Ermäßigung)

Theater



804252LK *Ferienkurs*
Theaterspielen (6-9 Jahre)
Schlüpfst du gerne in verschiedene Rollen? Dann bist du hier genau richtig. Mit Übungen und Spielen aus der Theaterwelt improvisieren wir kleine, witzige, traurige oder spannende Geschichten. Dabei haben wir viel Spaß zusammen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ein Tuch oder auch einen Schal und etwas zu trinken.
In Zusammenarbeit mit der Familien-Bildungsstätte.

Vanessa Nebenführ
Theaterpädagogin
Mo-Do, 02.11.-05.11.2015
jeweils 10:00-11:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
19,00 € (keine Ermäßigung)

Kids kreativ! (ab 6 Jahre u. älter)

820052LK *Ferienkurs*
Formen und gestalten mit Ton (ab 6 Jahre)
Nach eurer Fantasie entstehen Tiere, Monster, Figuren und Landschaften. Dann wagen wir uns an die Aufbaukeramik und tonen Schalen und Vasen. Wer möchte, kann für Weihnachten auch schon Lichthäuschen, Engel, Könige, Krippenfiguren und Kerzenleuchter machen. Sind unsere Arbeiten getrocknet, werden sie gebrannt. Dann können wir sie bemalen und glasieren.

Karin Viniol-König
Fr, 30.10.2015, 15:00-18:00 Uhr
Sa/Mo, 31.10./02.11.2015
jeweils 09:30-12:30 Uhr
sowie 1 Glasurtermin:
3 Stunden nach Absprache
vhs-Kunstschule, Raum 1
46,00 € (inkl. 4,00 € Materialkosten*)

*Im jeweiligen Kurspreis sind Materialkosten enthalten. Auf diese Materialkosten ist keine Ermäßigung möglich.

820152LK *Wochenende*
Malen nach Märchen (ab 7 Jahre)
Die Vorweihnachtszeit ist eine Zeit der Wintermärchen. Es ist eine gute Zeit, Märchen zu hören und zu malen.
Bei Tee und Plätzchen lassen wir es uns gutgehen, hören Märchen und malen danach.

Brigitte Guggenbiller M.A.
Sa, 05.12.2015, 14:00-17:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
15,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 3,00 € Materialkosten)

820252LK *Wochenende*
Gefilzter Weihnachtsschmuck für Kinder ab 7 Jahre und Erwachsene
Aus bunter, ungesponnener Schafswolle und warmen Seifenschaum fertigen wir gefilzte Weihnachtskugeln. Mit bunten Pailetten und kleinen Glasperlen bestickt oder beklebt sehen sie besonders schön aus. Bleibt dann noch Zeit übrig, können wir auch noch Blüten, Schmuck oder kleine Tiere herstellen.

Karin Viniol-König
Fr, 11.12.2015, 15:00-18:00 Uhr
Sa, 12.12.2015, 09:30-12:30 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
26,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 4,00 € Materialkosten)

Formen und Bauen (ab 8 Jahre)

820352LK *Ferienkurs*
Gruselhäuschen, Leuchtgespenster aus der Keramikwerkstatt (ab 8 Jahre)
Windschiefe Leucht-Häuschen und bizarre Ton-Gespenster mit glühenden Augen: hier können Kinder ihre herbstlichen Gruselphantasien voll austoben. Nach dem Bemalen mit Engobe werden die Werke nach einer ca. 2-wöchigen Trocknungszeit noch gebrannt. Mit einem Teelicht ausgestattet, sind die Stücke dann schaurig-schöne Leuchtobjekte für Garten oder Fensterbank.

Sibylle Nestrasil
Mo/Di, 02./03.11.2015
jeweils 10:00-13:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
28,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 4,00 € Materialkosten)

820452LK *Ferienkurs*
Sägen, Hämmern, Feilen: Figuren aus der Ytongwerkstatt (ab 8 Jahre)
Tiere, Schiffe, Burgen oder Monsterfiguren. Ihr hämmert, raspelt, sägt und feilt und macht so aus einem Ytong-Block eure individuelle Skulptur.
Wir bearbeiten mit verschiedenen Werkzeugen den weichen Ytong und ihr lernt alle Techniken zur Erschaffung einer Steinfigur.

Irena Brehmer
Do/Fr, 05./06.11.2015
jeweils 10:00-13:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 1
28,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 4,00 € Materialkosten)

820552LK *Ferienkurs*
Erfinder-Kinder: schauen, denken, tüfteln! (ab 8 Jahre)
Verpackungsteile, Metallflocken, Kork und Flaschendeckel... was sonst kann man daraus machen? Ein ganz bekanntes Ding kann auch in ganz was anderes umgebaut und neu verwendet werden. Daraus entstehen geheime Flugobjekte, Raumschiffe, Raumstationen, Roboter, Science-Fiction-Fahrzeuge, Boote, Figuren, Objekte. Ihr baut mit Holz, Styropor, Metall, Plastik, Drähten, Pappe, Stoffen und vielen anderen Materialien. Wir spannen Fäden, kleben, hämmern, sägen. Und ihr lernt mit verschiedenen Materialien handwerklich und künstlerisch umzugehen. Wir sind gespannt auf eure neuen Zukunfts-Erfindungen.

Irena Brehmer
Do/Fr, 05./6.11.2015
jeweils 14:30-17:30 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 1
28,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 4,00 € Materialkosten)



820652LK *Wochenende*
Comics zeichnen - leicht gemacht (ab 8 Jahre)
Wie zeichnen wir einen Comic? Es steckt mehr dahinter, als wir zuerst vermuten! Unsere Phantasie wird auf mehreren Ebenen angesprochen und geschult. Es geht uns dabei um Dramaturgie = das Erfinden einer Handlung mit Dialogabfolge, die sich zeichnerisch zu einer geschlossenen und logischen Geschichte verbindet. Beim Comic werden, wie im Film, Charaktere der Figuren erdacht und hier zeichnerisch umgesetzt (z.B. wie zeichne ich gut oder böse). Sprache als weitere Dimension (Dialog, Kürzel, Lautsprache...) wird in der Zeichnung eingesetzt. Ein Beispielcomic kann mitgebracht werden.

Susanna Messerschmidt
samstags, 10:00-13:00 Uhr
2 mal ab Sa, 30.01.2016
vhs-Kunstschule, Raum 1
27,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 3,00 € Materialkosten)

820752LK *Ferienkurs*
Bilder aus Metall (ab 8 Jahre)
Wer von Euch gerne handwerklich arbeitet, lernt hier mit Metall umzugehen. Zuerst entwerft Ihr ein Bild, z.B. Tiere, Gesichter, Ritter, Fabelwesen, Blumen und Pflanzen oder einfach Muster. Unser Motiv drücken und treiben wir dann mit geeigneten Werkzeugen in Weißblech ein. Es entstehen spannende, plastische Metallbilder. Aufgezogen auf ein bemaltes, farbiges Brett sieht es ganz besonders toll aus.

Karin Viniol-König
Sa/Mo, 06./08.02.2016
jeweils 09:30-12:30 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
29,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 4,00 € Materialkosten)

Zeichnen, werkeln und kreativ sein (ab 9 Jahre)

820852LK *Ferienkurs*
Stricheln, kritzeln, schattieren: liebend gerne zeichnen! (9-12 Jahre)
Ihr könnt schon ganz schön gut zeichnen? - oder noch nicht so ganz, aber wollt es unbedingt lernen? Dann kommt einfach dazu. Wir schauen mal, was ihr so könnt und was ihr lernen wollt: Pferd, Mensch, Flugzeug, Häuser, Schlösser, Hexen.... Ihr lernt hier die Tricks, wie man gut zeichnet. Und weil nur mit Bleistift arbeiten auf die Dauer langweilig wird, werden wir auch mit Kohle und Pastellfarben zeichnen.... Mit einer kleinen Ausstellung beenden wir den Kurs.

Sabine Rempp
Mo-Mi, 02.-04.11.2015
jeweils 10:00-12:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 3
26,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 2,00 € Materialkosten)

820952LK *Wochenende*
Modezeichnung leicht gemacht (ab 9 Jahre)
Hier lernen wir, wie wir uns über die menschlichen Proportionen zur Modezeichnung heran tasten. Zuerst üben wir die Grundlagen, Schnitt und Aufteilung der Körperproportionen, danach wagen wir uns an verschiedene Körperhaltungen, wie auch Verkürzungen. Ziel ist dann, unser eigenes Modelabel zu entwerfen. Es dürfen Stoffe oder Kleidungsstücke, die zur Designvorlage dienen, mitgebracht werden.

Susanna Messerschmidt
Sa/So, 20./21.02.2016
jeweils 11:00-16:00 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 2
50,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 3,00 € Materialkosten)

821052LK *Wochenende*
Farbige Glasperlen - am Brenner schmelzen und drehen (ab 10 Jahre)
Mit einer dunklen Schweißbrille, farbigen Glasstäben und einem Brenner werden wir über die Flamme das Glas zum Schmelzen bringen. In weichem Zustand wird es um Metallstäbchen gedreht, in Kühlgranulat gesteckt und nach dem Erkalten vom Stab gelöst. Diese Perlen können dann mit andersfarbigen Glasstäben weiter verziert, aufgebaut und vergrößert oder platt gedrückt werden - drei faszinierende Stunden Glaswerkstatt! Und super modische Perlen nach Hause nehmen...

Jose Gomez
Sa, 28.11.2015, 09:30-13:30 Uhr
vhs-Kunstschule, Raum 1
34,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 10,00 € Materialkosten)

Eine Bitte an die Eltern: Kurse können wegen Krankheit etc. kurzfristig abgesagt werden. Dann ist ein Plakat am Eingang des Veranstaltungsortes angebracht. Bitte schauen Sie dort vorbei, damit Ihr Kind nicht unbeaufsichtigt bleibt.

Sport/Freizeit



Bambinischwimmen
Wasser ist für kleine Kinder ein spannendes und schönes Element, das alle Sinne anspricht. Die dreidimensionalen Bewegungsmöglichkeiten der Gliedmaßen fördern den Bewegungsdrang unserer Kinder. Im Wasser können Kinder physikalische Erfahrungen mit Auftrieb, Druck, Temperatur und Widerstand sammeln. Wir wollen gemeinsam spielen, spritzen, toben, klettern und singen, um die koordinative und muskuläre Entwicklung zu fördern. **Bitte nur Begleitperson anmelden.** Bitte kommen Sie am ersten Kurstag spätestens 10 Minuten vor Kursbeginn. Sie erhalten die Eintrittskarten (90 Min. Sporttarif mit Geldwertkartenrabatt) im Eingangsbereich. Tageskarte kann gegen 1,50 € aufgebucht werden. In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte.

845552LK *nachmittags*
für Kinder (18-30 Monate) mit Begleitperson
Ortrud Berning-Sembach
dienstags, 16:25-16:55 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Hallenbad Leonberg, Lehrschwimmbecken
69,00 € (keine Ermäßigung)

845652LK *nachmittags*
für Kinder (30-42 Monate) mit Begleitperson
Ortrud Berning-Sembach
dienstags, 17:00-17:30 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Hallenbad Leonberg, Lehrschwimmbecken
69,00 € (keine Ermäßigung)



845752LK *Wochenende*
Selbstbehauptung - Selbstverteidigung - Prävention für Kinder (9-11 Jahre)
In Gesprächen, Rollenspielen, lustigen Spielen und verschiedenen Filmen setzen wir uns auseinander mit Themen wie: eigene Bedürfnisse wahrnehmen, angenehme und unangenehme Berührungen, gute und schlechte Erlebnisse/Geheimnisse, Nein-Sagen, Umgang mit Bedrohung, Erpressung, Belästigung, sexuellem Missbrauch durch Unbekannte, bekannte/verwandte Kinder/Jugendliche/Erwachsene. Übungspraxis: Fallschule, Gegenwehr am Boden, Befreiung bei Festhalten, Würgen, u. ä.. Wir üben Tritte und Stöße am Schlagkissen, aber auch sanfte Tricks für den Schulalltag. **Elternvorgespräch am ersten Termin**. Bitte 1,50 € für schriftliche Infos und Arbeitsblätter, Sportschuhe, strapazierfähige Tageskleidung, Getränk und Vesper mitbringen.

Hartmut Böx-Rößler
Sa/So, 14.11./15.11.2015
und So, 29.11.2015
jeweils von 15:00-18:00 Uhr
vhs, Konferenzraum
36,00 €

Englisch



861452LK *nachmittags*
English for School Kids 1. und 2. Klasse
Hallo Kids aus der ersten oder zweiten Klasse! Ihr habt jetzt Englisch in der Schule, macht es euch Spaß? Dann kommt zur English School Group 1. Einmal in der Woche treffen wir uns in unserer englischsprachigen Welt. Wir singen, basteln, spielen, lösen Rätsel und hören kleine Geschichten. We will have lots of fun! In Kooperation mit der Familien-Bildungsstätte Leonberg.

Susan Lavallin-Heine
freitags, 15:00-16:00 Uhr
14 mal ab Fr, 02.10.2015
Haus der Begegnung
54,00 € (keine Ermäßigung)

Vielleicht interessiert Sie auch unsere kostenfreie Veranstaltung zu englischen Kinder- und Jugendbüchern (siehe Seite 42).

861552LK *Ferienkurs*
Fit für die Kommunikationsprüfung im Englisch-Abitur
Dieser Kurs ist für Schülerinnen und Schüler der 12. Klasse Gymnasium, die sich gezielt auf die Kommunikationsprüfung Englisch im Rahmen der Abiturprüfung vorbereiten möchten. Im Mittelpunkt des Kurses steht das monologische und dialogische Sprechen zu Bild- und Textimpulsen. Außerdem wird das Diskutieren in Kleingruppen geübt. Dabei werden die entsprechenden Redemittel wiederholt und gefestigt.

Jana Prunu
Mo-Fr, 02.-06.11.2015
jeweils 09:30-12:30 Uhr
vhs, Raum 107
58,00 €



861652LK *Ferienkurs*
Englisch Vorbereitung der Eurokom
Be Prepared! Eurokom-Crashkurs in den Ferien
In diesem Kurs lernen Realschüler/-innen der 10. Klasse, wie eine Präsentation aufgebaut ist und welche Präsentationstechniken es gibt. Außerdem entdecken und üben sie passende Formulierungen für Einleitung, Übergänge und weitere wichtige Abschnitte der Präsentation. Des Weiteren trainieren die Schüler/-innen zu den kommunikativ-situativen Aufgaben, wie man eine Unterhaltung beginnt und wie man argumentieren kann. Auch das Hörverstehen wird geübt. So werden die Teilnehmer/-innen optimal auf die Eurokom-Prüfung nach den Herbstferien vorbereitet. Achtung: Wir nutzen die Zeit nicht, um individuelle Präsentationen zu erarbeiten! Es können aber gerne einzelne Präsentationen vorgestellt und besprochen werden.

Ulrike Bauer
Mo-Fr, 02.-06.11.2015
jeweils 09:30-12:30 Uhr
vhs, Raum 106
58,00 €

JUNGE VHS

861752LK *Ferienkurs*
Fit für die Realschulprüfung in den Faschingsferien
Vorbereitung auf die schriftliche Abschlussprüfung Englisch an der Realschule
Dieser Kurs bietet Schüler/-innen der 10. Klassenstufe eine gezielte Vorbereitung auf die schriftliche Abschlussprüfung in Englisch. Es werden die wichtigsten Kapitel der englischen Grammatik wiederholt und anhand ausgewählter Aufgaben die einzelnen Teilbereiche des WET geübt. Entstehende Kopierkosten (ca. 4,00 €) werden im Kurs abgerechnet.

Ursula Steller
Mo/ Mi/ Do/ Fr,
08.02./10.02./11.02./12.02.2016
jeweils 09:30-12:30 Uhr
vhs, Raum E 2
47,00 €

Spanisch



861852LK *nachmittags*
Anfänger OHNE Vorkenntnisse (ab 16 Jahre)
„A_tope.com" Band 1, ab Lektion 1 (ISBN 978-3-464-20530-3)

Hilda López de Bachmann
montags, 16:30-18:00 Uhr
11 mal ab Mo, 28.09.2015
vhs, Raum 105
62,00 €

Rhetorik/Kommunikation



864052LK *Ferienkurs*
Frei sprechen vor der Klasse - kein Problem (Klassen 5-8)
Ohne viel Aufwand die Schulnote verbessern, geht das? Ja, und zwar ganz einfach durch mündliche Mitarbeit! In einer kleinen Gruppe, mit Videokamera und viel Spaß, werden wir üben, wie ihr durch Teilnahme am Unterricht glänzen könnt, indem ihr Probleme wie zu leises oder undeutliches Sprechen, undisziplinierte Wortbeiträge, Rotwerden und „Ladehemmungen" vermeidet. Dazu gibt es Übungen zur Körpersprache und jede Menge Tipps zu Referaten und Präsentationen über Themenauswahl, Materialauswahl, Gliederung, Anfertigung von Anschauungsmaterial bis hin zur überzeugenden Darbietung.

Dr. Anke Albert
Mi/Do, 04./05.11.2015
jeweils 09:00-12:30 Uhr
vhs, Raum 110
39,00 € (keine Ermäßigung)

Bitte beachten Sie auch den Kurs „Beruf und Berufung – Wie startet mein Kind glücklich in die Zukunft?" (Kurs-Nr. 610752C) in Weil der Stadt.

EDV

865252LK *Ferienkurs*
PC und Internet (8-10 Jahre)
Komm mit auf eine Entdeckungsreise in das Reich der Computer. Wir zeigen dir, dass man sie nicht nur zum Spielen, sondern auch für Hausaufgaben, Texte, elektronische Briefe, das Malen und vieles mehr verwenden kann. Bei einer spannenden Schatzsuche lernst du den Aufbau des Computers kennen, seine Programme und das Arbeiten mit Dateien und Ordnern. Du schreibst Briefe mit Word, verschickst E-Mails, malst Schatzkarten und recherchierst im Internet. Anschließend erstellst du mit PowerPoint eine Präsentation Deiner Abenteuer.
Vorkenntnisse: keine

Klaus-Jürgen Haney
Mo-Do, 02.11.-05.11.2015
jeweils von 14:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 113
84,00 € (keine Ermäßigung)



865352LK *Ferienkurs*
Computerschreiben (ab Klasse 5)
Täglich bedient fast jeder von uns eine Computertastatur - doch wer kann schon mit 10 Fingern blind schreiben? Wir unterrichten nach einer neuen ganzheitlichen Methode, die die Ergebnisse der Hirnforschung durch Visualisierungs- und Assoziationstechniken nutzbar macht und mit Mentaltechniken beide Gehirnhälften multisensorisch anspricht. So kann man das 10-Finger-System rasch erlernen.
Vorkenntnisse: keine

Ruth Rapp
Mi-Fr, 04.11.-06.11.2015
jeweils von 09:30-12:30 Uhr
vhs, Raum 113
58,00 € (keine Ermäßigung)

865652LK *Ferienkurs*
Webseiten programmieren (14 - 18 Jahre)
Du wolltest schon immer wissen, was hinter einer Webseite wie Facebook, Google und Co. steckt? In den Ferien hast Du die Möglichkeit dazu und wirst nach dem viertägigen Kurs mit Deiner selbstgestalteten Webseite und einer Menge neuem Wissen nach Hause gehen.
In Kooperation mit der vhs Gerlingen.

Norbert Vonwald
Mo /Mi /Do /Fr,
08.02./10.02./11.02./12.02.2016
jeweils von 14:00-17:00 Uhr
vhs, Raum 113
75,00 €

Bitte beachten Sie auch unsere Angebote für Kinder und Jugendliche in Renningen, Rutesheim, Weil der Stadt und Weissach.

Kindersportschule



Fachauskunft: Dr. Uwe Painke, Tel. 07152 3099-40 und Jürgen Setzer, Tel. 0711 690262

Kinder haben Freude an der Bewegung und Kinder brauchen Bewegung für ihre körperliche und motorische Entwicklung und sie wollen auch ihren Bewegungsdrang ausleben können. Die KiSS bietet unter qualifizierter Leitung von Sportlehrern/-innen ein Sportangebot für alle Kinder ab 4 Jahren. Beweglichkeit, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination werden entwickelt. Haltungsschulung sowie Körperwahrnehmung stellen einen weiteren, wichtigen Aspekt dar. Eine Vielzahl von Medien, Materialien, Situationen und Bewegungsformen bestimmen den Unterricht. Darüber hinaus werden spielerisch die Grundformen spezieller Sportarten vermittelt. In Leonberg wird die Kindersportschule e.V. von den drei Sportvereinen TSV Eltingen, TSG Leonberg und Wasserfreunde getragen; die Organisation wird durch die vhs übernommen. Eine Kooperation mit der KiSS der SpVgg. Hirschlanden-Schöckingen ermöglicht uns die Mitnutzung der Bewegungslandschaft in der neuen Sporthalle Seehansen.
Leitung der Kindersportschule: Jürgen Setzer, Dipl. Sportpädagoge.



Kostenlose „Schnuppertage" für alle KiSS-Angebote in den ersten beiden Wochen!

880152LK *nachmittags*
Ausbildungsstufe 1 (4-5 Jahre)
Gruppe 1
Daniela Greb
montags, 16:00-17:00 Uhr
ab Mo, 21.09.2015
Mörikeschule, Sporthalle
65,00 € (bei einer Mitgliedschaft des Kindes in einem der 3 Trägervereine 50,00 €; Nachweis unbedingt erforderlich!)

880252LK *nachmittags*
Ausbildungsstufe 1 (4-5 Jahre)
Gruppe 2
Daniela Greb
donnerstags, 15:15-16:15 Uhr
ab Do, 24.09.2015
Mörikeschule, Sporthalle
65,00 € (bei einer Mitgliedschaft des Kindes in einem der 3 Trägervereine 50,00 €; Nachweis unbedingt erforderlich!)

880352LK *nachmittags*
Ausbildungsstufe 2 (6-7 Jahre)
Gruppe 1
Katrin Kessoudis
dienstags, 14:30-15:15 Uhr
ab Di, 22.09.2015
Mörikeschule, Sporthalle
50,00 € (bei einer Mitgliedschaft des Kindes in einem der 3 Trägervereine 40,00 €; Nachweis unbedingt erforderlich!)

880452LK *nachmittags*
Ausbildungsstufe 2 (6-7 Jahre)
Gruppe 2
Daniela Greb
donnerstags, 16:15-17:15 Uhr
ab Do, 24.09.2015
Mörikeschule, Sporthalle
65,00 € (bei einer Mitgliedschaft des Kindes in einem der 3 Trägervereine 50,00 €; Nachweis unbedingt erforderlich!)

Zwei weitere Angebote ergänzen das KiSS-Konzept:
Ballsport
Klettern/Trampolin
Diese Angebote sind für Kinder gedacht, die eine erste Sportorientierung haben und dennoch keinen Wettkampfsport betreiben wollen. Neben den Grundtechniken der einzelnen Sportarten werden auch koordinative und konditionelle Fähigkeiten trainiert.



Ballsport
Neben den Grundlagen für alle Ballspiele (Prellen, Werfen, Fangen, Zielen, Schießen) lernen die Kinder die Grundtechniken der großen Ballspiele (Handball, Fußball, Basketball, Hockey, Volleyball) sowie der Rückschlagspiele (Badminton, Tennis, Tischtennis) kennen. Die Ballschule stellt auch eine ideale Ergänzung zum Fußball- oder Basketballtraining dar.

880552LK *nachmittags*
Ballschule (6-7 Jahre)
Katrin Kessoudis
dienstags, 15:15-16:15 Uhr
ab Di, 22.09.2015
Mörikeschule, Sporthalle
65,00 € (bei einer Mitgliedschaft des Kindes in einem der 3 Trägervereine 50,00 €; Nachweis unbedingt erforderlich!)

880652LK *nachmittags*
Ballschule (8-10 Jahre)
Katrin Kessoudis
dienstags, 16:15-17:15 Uhr
ab Di, 22.09.2015
Mörikeschule, Sporthalle
65,00 € (bei einer Mitgliedschaft des Kindes in einem der 3 Trägervereine 50,00 €; Nachweis unbedingt erforderlich!)

880752LK *nachmittags*
Klettern/Trampolin (8-10 Jahre)
Kinder suchen häufig das Wagnis, wollen ihre Grenzen austesten, ihren Mut beweisen und dabei auch noch Spaß haben. Beim Klettern und Trampolinspringen erleben die Kinder genau diese Gefühle. Hinzu kommt die Auseinandersetzung mit der eigenen Angst, das Verlassen auf einen Partner sowie bei Fortgeschrittenen das Naturerlebnis. Ziel ist die Vermittlung von Grundtechniken. Es sind keine speziellen Vorkenntnisse erforderlich. Die Ausrüstung wird gestellt.

Jürgen Setzer
donnerstags, 17:00-18:00 Uhr
ab Do, 24.09.2015
Sportzentrum Seehansen in Ditzingen-Hirschlanden, Sporthalle
75,00 € (bei einer Mitgliedschaft des Kindes in einem der 3 Trägervereine 60,00 €; Nachweis unbedingt erforderlich!)

Renningen

Fachauskunft und Kursanmeldung nur bei der vhs-Geschäftsstelle Leonberg
Örtliche Betreuung: Karin Volkmar, Tel. 0157 53530618

Exkursion



110252AE *Wochenende*
Naturkundliche Pilzführung
Bei dieser Exkursion wird die heimische Pilzflora von einem Pilzsachverständigen der Deutschen Gesellschaft für Mykologie vorgestellt. Die typischen Merkmale einiger häufiger Speisepilze und die Unterschiede zu ihren giftigen Doppelgängern werden erläutert. Das richtige Sammeln von Pilzen, ihr Speisewert und ihr Nutzen für den Naturhaushalt sind ebenso Inhalt dieser Pilzführung. Die Teilnehmer sollten sich wetterfest kleiden und Pilzbuch, Sammelkorb und Messer nicht vergessen, sofern sie selbst Pilze sammeln wollen. Der Treffpunkt in Renningen wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Reinhard Lieske
So, 18.10.2015, 14:00-16:30 Uhr
10,00 € (keine Ermäßigung)

Länderkunde



111152AV *Vortrag*
Argentinien-Uruguay-Brasilien
Mit Fahrrad und Auto von Buenos Aires zu den Iguaçu-Wasserfällen
Argentinien ist ein großes Land. Speziell die Region um den riesigen Río de la Plata ist flach, hat aber durchaus ihre landschaftlichen Reize und vor allem kulturell einiges zu bieten. Buenos Aires etwa, einst eine der reichsten Städte der Welt, ist nicht nur die Wiege des Tango, sondern in jeder Hinsicht eine interessante Metropole mit teils großartigen Architekturdenkmälern. Von dort geht es hinüber ins verschlafen-gemütliche Uruguay, das Land der Gauchos und Rinderherden, das mit seiner sympathischen Hauptstadt Montevideo und dem „Casa Pueblo" des Künstlers Carlos Páez Vilaró zwei echte Highlights bietet. Im südlichen Zipfel Brasiliens dann haben vor allem die deutschen Auswanderer des 19. Jh. ihre Spuren hinterlassen, und die Fahrt mit dem „Serra Verde Express" zur Küste hinunter ist ein Erlebnis für jeden Fan spektakulärer Eisenbahnstrecken. Die Reise endet bei den beeindruckenden Iguaçu-Fällen, sicher einem der schönsten Reiseziele ganz Südamerikas.

Sybille Schröder
Di, 17.11.2015, 19:30 Uhr
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
6,00 € (Abendkasse)

Renningen

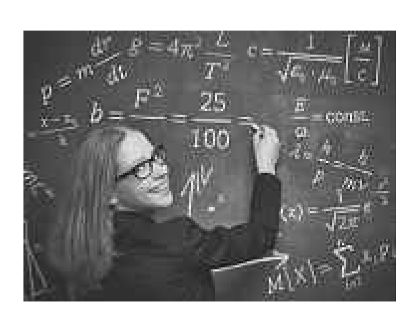
Natur



130552AV *Vortrag*
Das Geheimnis einer erfolgreichen Hundeerziehung
Viele Hundehalter glauben, ihr Hund erkenne sie dann als Chef an, wenn sie als erstes durch die Tür gehen, die Mahlzeit vor ihm einnehmen, das Futter beliebig wegnehmen, ihn auf den Rücken drehen oder über die Schnauze fassen. Mitnichten. Der Vortrag zeigt auf, wie Gehorsam und eine von Freude geprägte Beziehung zum Hund entsteht und welches die größten Fehler in der Erziehung sind. Es wird darüber gesprochen, was junge Hunde unbedingt zügig lernen sollten und was weniger dringlich ist – kurz, welche Prioritäten man setzen sollte.

Gesine Mantel
Fr, 13.11.2015, 19:00 Uhr
Begegnungsstätte Malmsheim
9,00 € (Abendkasse)

Mathematik



132152AK *Wochenende*
Mathetraining - Mittlere Reife
Übungsbuch: Realschule 2015, Mathematik, Stark-Verlag.
Anhand von Abschlussaufgaben der letzten Jahre können sich Schüler der allgemeinen Realschule auf die Prüfung vorbereiten. Es werden beispielhaft Aufgaben gerechnet und besprochen; auch auf individuelle Probleme kann eingegangen werden.

Roman Virsik
Sa, 16.01./23.01./30.01./20.02.2016
jeweils 09:30-12:30 Uhr
Begegnungsstätte Malmsheim
61,00 € (keine Ermäßigung)

Recht

156152AV *Vortrag*
Elternunterhalt - wenn Kinder für die Eltern zahlen sollen
Viele Menschen sehen einer Pflegebedürftigkeit der eigenen Eltern mit Besorgnis entgegen. Nicht selten ist Sozialhilfe zu beantragen, wenn Mutter oder Vater in ein Pflegeheim umziehen müssen.
Die Sozialämter kommen dann auch auf die Kinder der Pflegebedürftigen zu, um deren Unterhaltspflicht zu prüfen. Wann und in welche Höhe muss man den Eltern Unterhalt zahlen? Ist auch das Schwiegerkind zahlungspflichtig und wie sieht es mit Schonvermögen und der Verwertung der eigenen Immobilie aus? Darf man lebzeitige Schenkungen der pflegebedürftigen Eltern behalten? Der Fachanwalt für Erbrecht, Uwe Hartmann, erläutert anhand von Praxisbeispielen die Voraussetzungen für den Elternunterhalt und steht für Ihre Fragen zur Verfügung.

Uwe Hartmann, Rechtsanwalt
Mi, 20.01.2016, 19:00 Uhr
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
5,00 € (Abendkasse)

Leben gestalten

211152A
"I did it my way"
Über die Ermutigung zum eigenen Lebensweg
Viele von uns leiden unter einer Unzufriedenheit mit sich selbst, weil sie glauben, Dinge nicht gut genug gemacht zu haben. Dieses Seminar möchte mit einer anderen Sichtweise vertraut machen, die uns zu mehr Zufriedenheit führt, weil sie das eigene Ich in seinem Streben zur Selbstverbesserung ermutigt und es als grundsätzlich gut ansieht. Wie es der Frank Sinatra-Song „I did it my way" ausdrückt, wird das Leben nicht dadurch wertvoll, dass uns gleich alles gelingt, sondern dass sowohl die eigenen Erfolge, wie auch die eigenen Probleme als Ausdruck unseres ur-eigensten Lern- und Reifeweges akzeptiert und gewürdigt werden.

Martin Noll
Di, 29.09.2015, 19:00-21:30 Uhr
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
19,00 € (keine Ermäßigung)



211252A *Wochenende*
Der Atem verändert das Denken - Das Denken verändert den Atem
Einatmen - Ausatmen - Aufatmen
Sie sind völlig außer Atem? Ihnen stockt der Atem? Sie ringen nach Luft? Sie sprechen mit zitternder Stimme? Rückenschmerzen lassen Sie nicht mehr richtig durchatmen? Stress, Hektik, Ängste können über das bewusste Atmen gemildert werden. Ebenso ist es möglich eine Körperhaltung in Leichtigkeit aufzubauen und Rückenschmerzen entgegen zu wirken. Doch erst das Wissen über die eigene Art des Atmens kann zu dessen Veränderung führen und somit zu einer Veränderung des Seins. Lassen Sie sich entführen und einführen in die spannende Welt des Atems und erfahren Sie Wege zum Aufatmen - tief durchatmen - Schmerz weg atmen - Dampf ablassen und der Entspannung.
Bitte bequeme Kleidung/Sportschuhe anziehen und eine Decke mitbringen.

Eva Kremser
Fr, 13.11.2015, 18:00-21:30 Uhr
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
29,00 € (keine Ermäßigung, inkl. Kursunterlagen)

211352A *Wochenende*
Wie Sie mit der Kraft Ihrer Gedanken wirkungsvoll Ihre Ziele erreichen
Nutzen Sie das Gesetz der Anziehung
In diesem Kurs erfahren Sie, wie sich die Art unseres Denkens auf unser ganzes Sein auswirkt - unser emotionaler und körperlicher Zustand, unsere Handlungen, unser Lebensgefühl sind maßgeblich durch unsere Gedanken bestimmt. Wir haben die Möglichkeit, negative Gedankenmuster durch förderliche zu ersetzen und uns somit freier und selbstbestimmter durchs Leben zu bewegen - kurzum: glücklicher zu sein.
Kursinhalte: Das Denken bewegt den Körper; positive Affirmation; negative Gedanken unterbrechen und durch förderliche ersetzen; Zusammenspiel von Gedanke, Gefühl, Körperhaltung und Atmung; das Positive im eigenen Leben (an)erkennen und wertschätzen; richtige Zielformulierung; kreative Wunscherfüllung - das Gesetz der Anziehung; Liebe und Dankbarkeit als Grundhaltung. Bitte mitbringen: warme, nicht einengende Kleidung, Decke, kleines Kissen, Schreibzeug und Block.

Tim Pattosien
So, 25.10.2015, 10:00-17:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
Sozialstation Renningen
27,00 € (keine Ermäßigung)

Literatur



230152AV *Vortrag*
Bücher für den Gabentisch - Neuerscheinungen Herbst 2015
Jedes Jahr zur gleichen Zeit sieht sich die Leserschaft einer kaum überschaubaren Anzahl neuer Bücher gegenüber. Die Entscheidung, was man lesen soll, fällt häufig schwer. Was muss ich lesen, wie sind die Inhalte, was könnte mir gefallen? Sie bekommen an diesem Abend einen kleinen Einblick in den Bücherherbst 2015, um Ihnen die Entscheidung, zu welchem Buch Sie greifen sollten oder was Sie verschenken könnten, ein wenig zu erleichtern. In Zusammenarbeit mit der Stadtbibliothek Renningen.

Caren Decker-Jung
Di, 01.12.2015, 19:30 Uhr
Stadtbibliothek Renningen
6,00 € (Abendkasse)

Das Kinomobil kommt nach Renningen:
Fr, 23.10. und 11.12.2015.
Weitere Termine und nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte der Tagespresse. In Zusammenarbeit mit der AG Kino-Mobil Baden-Württemberg.

Kreativität

250052A
Neue Technik: Silberclay!
Silberschmuck leicht gemacht
In diesem Kurs können Sie sich kreativ voll entfalten und Schmuckstücke aus einer Silberclay-Modelliermasse (vergleichbar mit Ton) formen, die dann gebrannt werden. So können Sie einfach und schnell Unikate fertigen, ohne feilen, löten oder sägen

zu müssen (nur Nachbearbeitung mit maschinellem Polierwerkzeug). Das fertige Schmuckstück besteht aus 99,9% Feinsilber, Steine können nach Belieben eingearbeitet werden. Idealer Kurs für Einsteiger. Der Dozent stellt das Material und die Steine, dies wird nach Verbrauch abgerechnet. Einfaches Schmuckstück: ca. 30 €. Die Abnutzung der Geräte und Werkzeuge: 8 € (wird im Kurs abgerechnet).

Jonas Herrmann
Di, 06.10.2015, 17:30-22:00 Uhr
Realschule Renningen, Raum 119
27,00 € (keine Ermäßigung)

250152A
Pflanzenfarben - Hexenküche: selbst gerührt und gebraut
3 Abende nur für Frauen
Genießen Sie diese außergewöhnliche Mal- und Farbwerkstatt, lernen Sie die Verfahren zur Herstellung eigener Farben aus natürlichen Stoffen kennen.
Mit welchen Mitteln gelang den Menschen früher die Farbherstellung? Erfahren Sie an diesen Abenden, wie aus Erde und Pflanzen Malfarben entstehen. Und natürlich werden Sie damit malerisch experimentieren und empfinden, wie z.B. die Malereien und Bilder der Ureinwohner Australiens entstanden.
5 € für Papier, Gummi Arabicum, Pigmente, Pflanzen, Kleister etc. werden im Kurs eingesammelt.

Anna Gruber-Schmälzle
dienstags, 18:30-21:00 Uhr
3 mal ab Di, 13.10.2015
Realschule Renningen, Raum 119
33,00 € (keine Ermäßigung)

250252A *Wochenende*
Experimentelles Malen am Wochenende
In diesem Kurs werden fundierte Grundkenntnisse erworben. Mit Sand, Spachtel und Walztechniken entstehen interessante Untergründe und Strukturen. Collagenelemente tragen zur Bildgliederung und Formenvielfalt bei. Wir arbeiten gegenstandslos, beschäftigen uns aber auch mit der Umsetzung eines Objekts und finden Anregungen in der Kunstgeschichte. Am 1.Tag bitte Zeitungen (zum Tischabdecken), Wasserbecher, Malteller und vorhandenes Malmaterial mitbringen. Nicht vorhandenes Malmaterial kann auch gestellt werden und wird nach Bedarf (ca. 4 €) abgerechnet.

Karin Viniol-König
Fr, 23.10.2015, 19:00-22:00 Uhr
Sa, 24.10.2015, 10:00-17:00 Uhr
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
46,00 € (keine Ermäßigung)

Essen und Trinken



*** Wichtige Hinweise für alle Koch- und Backkurse**
Zusammen mit dem Kurspreis wird ein **Abschlag auf die Lebensmittelkosten** abgebucht, der neben dem Kurspreis ausgewiesen ist. Auf diesen Abschlag gibt es **keine Ermäßigung!**
Die genaue Abrechnung erfolgt im Kurs. Wenn Sie von einem Kurs zurücktreten, müssen Sie sich fristgerecht (7 bzw. 10 Tage vor Kursbeginn) bei der vhs-Geschäftsstelle abmelden, andernfalls werden der Kurspreis **und** die ausgewiesenen Lebensmittelkosten von Ihrem Konto abgebucht.
Bitte bringen Sie zu allen Kursen folgendes mit: **Hand und Geschirrtuch,** Schürze, Topflappen und Behälter für Kostproben, **Mineralwasser.**
Da die Volkshochschule **nur Gast in den Schulküchen** ist, bitten wir Sie, die Räume sauber und aufgeräumt zu hinterlassen.

270152A
Quiches und Tartes
Ein geschmacklich abwechslungsreicher Abend erwartet Sie. Süß und salzig, vegetarisch und mit Fleisch. Aus den unendlich vielen Rezepten wollen wir uns die Besonderen heraussuchen. Eine Quiche mit roten Linsen und Schweinefilet, eine Quiche mit Spinat, Erdnüssen und Rosinen oder zum Beispiel eine weiße Trüffeltarte mit Himbeeren. Durch unterschiedlichen Teig und Belag ergeben sich immer wieder neue Geschmacksnuancen. Kommen Sie mit auf Entdeckungsreise.

Gabi Hasenmaile
Di, 13.10.2015, 18:00-21:30 Uhr
F.-Schiller-Schule Renningen, Küche
30,00 € (inkl. 14,00 € Lebensmittelkosten*)

270252A
Schnelle Menüs für Gäste
Sie laden gerne Gäste zum Essen ein, haben aber wenig Zeit? Mit den richtigen Rezepten und pfiffigen Tipps für die Vorbereitung können Sie ganz entspannt dreigängige Menüs zubereiten und mit Ihren Gästen genießen.

Martina Spalt-Kuhlmann
Di, 27.10.2015, 18:00-21:30 Uhr
F.-Schiller-Schule Renningen, Küche
28,00 € (inkl. 12,00 € Lebensmittelkosten*)



270352A
Geschenke aus der Küche
Ideal als kleines Mitbringsel in der Adventszeit: Köstlichkeiten wie Glühweingelee, Pesto, Weihnachtszucker oder Lebkuchenlikör. Alles ist einfach zuzubereiten und wird hübsch verpackt und dekoriert. Bitte mitbringen, wenn vorhanden: Schraubverschlussgläser und -flaschen mit ca. 250 ml Füllmenge. Alle Materialien können aber auch im Kurs erworben werden.

Martina Spalt-Kuhlmann
Mi, 25.11.2015, 18:00-21:30 Uhr
F.-Schiller-Schule Renningen, Küche
28,00 € (inkl. 12,00 € Lebensmittelkosten*)

Medizin/Gesundheitsvorsorge

290152A
Gesunde Zähne - Gesunder Körper Teil 2
Fortsetzung vom Basiskurs, gern auch „neue Teilnehmer“ willkommen.
Themenschwerpunkte: Rückmeldungen und Fragen zum Basiskurs, Zusammenhänge Zähne und Eiweiß-/ Kohlehydrat-(Zucker)-stoffwechsel, Darmmillieu, Übersäuerung und Säureregulation, Vitamine, Knochenab- und -aufbau, chronische Entzündungen, Schwermetalle und Schadstoffe, Implantate.

Ursula Fritz
Di, 06.10.2015, 19:30-21:30 Uhr
Sozialstation Renningen
11,00 €

290252A *Wochenende*
Ohrkerzen
Indianische Entspannungszeremonie – und mehr
Die Ohrkerzen, Naturheilmittel in verschiedenen Kulturen, wirken rein physikalisch wie eine Trommelfellmassage. Dies führt zu einem intensiven Gefühl angenehmer Wärme und einem als „befreiend“ empfundenen Druckausgleich im Ohr-, Stirn- und Nebenhöhlenbereich. Das wird oft schon direkt nach einer Anwendung als wohltuend, druck- und schmerzlindernd hauptsächlich im Ohr- und Kopfbereich empfunden. Zudem stellt sich eine wunderbare Entspannung ein, ein tiefes Geborgenheits- und Glücksgefühl, wie es nur selten zu erleben ist. Anwendungsbereiche sind u.a. akute Kopfschmerzen, Schnupfen, Ohrendruck und Hörgeräusche.

Renate Baas
Fr, 16.10.2015, 18:30-21:00 Uhr
Begegnungsstätte Malmsheim
36,00 € (keine Ermäßigung, inkl. 5,00 € Materialkosten)

290352A
Entspannter Kiefer - Entspannter Körper
Kiefergelenkentspannung R.E.S.E.T.: Rafferty Energie System of Easing the TMG, das Energiesystem zum Ausgleich des Kiefergelenkes
R.E.S.E.T. ist ein einfaches und sanftes Balancesystem, das die Kiefermuskulatur entspannt und das Kiefergelenk ausgleicht. Durch energetisches Ausbalancieren der Kopfregion können Verspannungen losgelassen und der ganze Körper positiv beeinflusst werden. Das Kiefergelenk hat einen außergewöhnlich starken Einfluss auf viele Körperregionen. Anspannungen, Emotionen und Stress verspannen die Kiefermuskulatur und das Kiefergelenk. Dieser Teil des Kopfes hat über Skelett, Muskelstränge, Nerven- und Energiebahnen (Meridiane) Einfluss auf fast alle Bereiche unseres Körpers, einschließlich der Hydration (Wasseraufnahme). Das energetische Ausbalancieren ermöglicht eine Tiefentspannung und Neubalancierung der Muskeln. Die Ausgleichspositionen bewirken auf einfache und dennoch kraftvolle Weise die Wiederherstellung des Gleichgewichtes in diesem wichtigen System.

Renate Baas
Mi, 25.11.2015, 19:30-21:00 Uhr
Begegnungsstätte Malmsheim
7,00 € (keine Ermäßigung)

290452A *Wochenende*
Kiefergelenkentspannung R.E.S.E.T
Praxisseminar
An diesem Vormittag lernen wir mit dem sanften Balancesystem R.E.S.E.T. die verschiedenen Kiefermuskeln durch Energiezufuhr über die Hände in ihren ursprünglichen entspannten Zustand zurück zu führen und dadurch den ganzen Körper positiv zu beeinflussen. Die so erreichte Tiefenentspannung und Neubahnung der Muskulatur führt zu einem positiv regulierenden Effekt auf den ganzen Körper.
Seminarinhalt:
Energetisierung der Nieren, der Hals- und Nackenmuskulatur

Renningen

Nackenverspannungen lösen, den Lymphfluss und die Durchblutung in diesem Bereich aktivieren
Energetisches Ausbalancieren der Kopfregion (7 Handpositionen)
Erlernen der Eigenbalance
Energieausgleich am Partner/Klient/Patient

Renate Baas
Sa, 05.12.2015, 09:00-13:00 Uhr
Begegnungsstätte Malmsheim
68,00 € (keine Ermäßigung)



290552A
Hilfe zur Selbsthilfe für die Augen
Dieses Seminar ist geeignet für Jugendliche und Erwachsene, insbesondere für Personen, die viele Stunden am Tag am Bildschirm arbeiten.
Sie lernen: Richtiges Sitzen beim Lesen am Bildschirm, Schulter- und Nackenentspannungsübungen, Akupressur rund um die Augen, Entspannungsübungen für die Augen (aus dem Yoga und der Kinesiologie). Das Skript mit Übungen (2,00 €) kann im Kurs erworben werden.

Maria Hummel
Di, 20.10.2015, 18:00-21:00 Uhr
Sozialstation Renningen
14,00 €

290652A *Wochenende*
Hilfe zur Selbsthilfe bei Alltagsbeschwerden mit Akupressur
Die Akupressur wirkt allgemein beruhigend und entspannend oder anregend, je nach Beschwerden, also harmonisierend. Sie kann vorbeugend zur Gesundheitspflege und gezielt zur Linderung von Alltagsbeschwerden eingesetzt werden - angefangen bei „A" wie Angst, über „H" wie Heuschnupfen bis hin zu „Z" wie Zahnfleischbluten. Ich zeige Ihnen, wie Sie wichtige Akupressurpunkte leicht finden und entsprechend massieren oder drücken können. Das kleine Seminar kann Ihnen helfen, in Zukunft Schmerzmittel einzusparen. Im Kurs kann ein Skript erworben werden (3 €).

Maria Hummel
Sa, 28.11.2015, 10:00-13:00 Uhr
Sozialstation Renningen
14,00 €

290752A
Praktische Schulter- und Nackenentspannung durch Massage und Akupressur
An diesem Abend werden Ihr Nacken und Ihre Schultern verwöhnt. Sie erfahren, wie Sie durch Selbstmassage oder auch wahlweise gegenseitig Muskelverspannungen in diesem Bereich lockern können. Die zusätzlichen Akupressur- und Reflexpunkte können Sie dann im Alltag auch ganz praktisch zwischendurch anwenden und so positiv auf Ihre Problemzonen einwirken. Eine Muskelentspannungsübung ergänzt die Massage und rundet den Abend ab. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Gymnastikmatte, Handtuch und Massageöl.

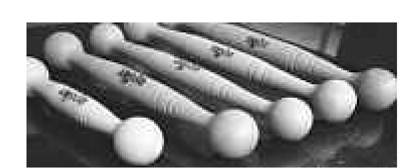
Margarete Pfeifer
Di, 10.11.2015, 19:00-21:30 Uhr
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
14,00 €

290852A
Entgiften, Ausleiten, Entsäuren und Wohlfühlen
Übersäuerung, Ablagerungen und Gifte im Körper können zu akuten oder chronischen Leiden führen, wie z.B. Kopfschmerzen, ständige Müdigkeit, Allergien, Verdauungsbeschwerden, Rücken- und Gelenkbeschwerden. Im Kurs lernen Sie verschiedenste Möglichkeiten kennen, sich von diesen belastenden Stoffen zu befreien:
- durch Unterstützung und gezielte Anregung der Ausscheidungs- und Entgiftungsorgane Leber, Nieren, Darm, Haut
- durch Stärkung des Lymph- und Immunsystems
- durch „Entgiften" und Entspannen der Seele
- durch geeignete und wohlschmeckende Lebensmittelkombinationen

Sie fühlen sich so vitaler, leistungsfähiger, beugen Krankheiten vor und auch das seelische Wohlbefinden stellt sich wieder ein. Bitte mitbringen: Schreibzeug.

Margarete Pfeifer
dienstags, 19:00-21:30 Uhr
2 mal ab Di, 19.01.2016
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
25,00 €

Fernöstliche Entspannungsmethoden



291052AT
IDOGO®
ist ein Übungssystem mit dem IDOGO-Stab
Es ist eine Kombination aus östlichen und westlichen Trainingsmethoden. („I do go" (engl.) bedeutet: „Ich pack´s an".) Die Idogo-Übungen verbessern sanft die Bewegungskoordination, führen zu einer sich selbst tragenden entspannten Körperhaltung, lösen Verspannungen und machen die Bewegungen weich und geschmeidig, steigern Atemvolumen und -intensität, ökonomisieren den Energiehaushalt und den Stoffwechsel, haben eine positive Wirkung auf die Psyche und führen zu innerer Ruhe. Idogo-Stäbe sind vorhanden. (Leihgebühr für den Idogo-Stab: 5,00 €).

Maria Hummel
mittwochs, 18:15-19:15 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
F.-Silcher-Schule Malmsheim, Bühne
60,00 €



Qigong
Diese langsamen, konzentrierten und sanften Bewegungsformen wirken gegen Stress und Verspannungen, vertiefen die Atmung, geben Sicherheit beim Gehen und wirken regulierend bei Haltungsproblemen. Qigong beeinflusst alle Funktionen des menschlichen Körpers positiv und harmonisierend. Es ist Bewegungsmeditation, Atemübung und Heilgymnastik in einem. Vermittelt wird das Lehrsystem „Qigong Yangsheng" von Prof. Yiao Guorui. Bitte Matten mitbringen.

291152AT
für Anfänger/-innen
Silja Schwarz-Weltz
dienstags, 18:30-20:00 Uhr
12 mal ab Di, 06.10.2015
Haus am Rankbach Renningen, Gymnastikraum
75,00 €

291252AT 
Aufbaukurs
Silja Schwarz-Weltz
dienstags, 20:05-21:35 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Haus am Rankbach Renningen, Gymnastikraum
87,00 €

Yoga

Hatha-Yoga
Asanas sind Körperstellungen im Yoga. Es ist eine sanfte und gleichzeitig aktive Körperübung, es ist das bewusste Hineingehen, der richtige Atem, bewusstes Halten und Auflösen der Körperstellung. Asanas dienen nicht nur körperlicher Geschmeidigkeit und vitaler Kraft, sondern auch einer guten Körperbeherrschung. Die perfekte äußerliche Form einer Asana zu erreichen, ist weniger wichtig als die spirituelle Qualität zu erleben. Die erreichte Harmonie von Körper, Geist und Seele gibt Ihnen neue Lebenskraft. Bitte mitbringen: rutschfeste Matte, bequeme Kleidung, Decke, warme Socken, Sitzkissen.

291352AT
Grundkurs für Anfänger/-innen und Wiedereinsteiger/-innen
Rosemarie Knott
montags, 18:30-20:00 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Haus am Rankbach Renningen
89,00 €

291452AT
Aufbaukurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen oder nach Absprache
Rosemarie Knott
montags, 20:15-21:45 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Haus am Rankbach Renningen
89,00 €

An Kursen, die mit „T" und diesem Logo gekennzeichnet sind können Versicherte der AOK – Die Gesundheitskasse Stuttgart-Böblingen kostenfrei teilnehmen, sofern uns ein entsprechender Gutschein bei der Anmeldung vorgelegt. wird.

Viele gesetzliche Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie ihren Versicherten bezuschussen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung zu einem vhs-Kurs!
Nach Kursende können Sie von uns bei entsprechender Teilnahme eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten. Sie erhalten diese bei Abholung kostenlos oder gegen Gebühr bei Zusendung.



291552AT GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*

Eine Hatha-Yoga-Stunde besteht aus verschiedenen Dehnübungen, Körperhaltungen (Asanas) und fließenden Kräftigungsübungen (Sonnengruß). Dadurch werden körperliche Verspannungen gelöst, Kraft, Ausdauer und Flexibilität werden entwickelt. Ein weiterer Teil der Praxis sind Atemübungen (Pranayama). Atemübungen erhöhen die Vitalkraft und das Wohlbefinden. Die Tiefenentspannung und die Meditation schaffen die Grundlage für Ruhe, Ausgeglichenheit und inneres Glück. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, kleines Kissen und Decke.

Natalia Bayer
donnerstags, 09:00-10:30 Uhr
8 mal ab Do, 08.10.2015
F.-Silcher-Schule Malmsheim, Bühne
50,00 €

Entspannung/Meditation

291652A
Massagen zum Entspannen und Genießen
Massiert werden und massieren lernen

Es tut so gut, während einer wohltuenden Massage abzuschalten und zu relaxen! In einer kleinen Gruppe tasten wir uns vor, erleben entspannende Massagen und massieren uns gegenseitig unter Anleitung einer erfahrenen Heilpraktikerin. **Entspannen, Auftanken, Lebensfreude stärken!** Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnahme an diesem Kurs ist nur **paarweise** möglich. Bitte geben Sie bei der Anmeldung nur **einen Namen** an. Eine Teilnahme am Kurs ohne den ersten Kursabend ist leider nicht möglich. Bitte mitbringen: Decke, Laken, kleines Kissen, pflanzliches Massageöl.

Ursula Fritz
dienstags, 19:00-21:30 Uhr
3 mal ab Di, 24.11.2015
Sozialstation Renningen
70,00 € (pro Paar, keine Ermäßigung)

291752A *Wochenende*
Klangschalen - Entspannung - Meditation
Wohlfühlen – loslassen – neue Kraft tanken

Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag und lernen Sie diese wirkungsvolle Entspannungsmöglichkeit kennen. Die sanften Töne und Schwingungen der Klangschalen in Verbindung mit einer geführten Meditation/Phantasiereise können uns in eine tiefe Entspannung führen. Körper, Seele und Geist kommen wieder in Einklang und können sich regenerieren. Ihre ganz persönliche Zeit zu mehr innerer Ausgeglichenheit, Harmonie und Lebensfreude. Erleben Sie durch das direkte Auflegen der Schalen auch, wie sich die Schwingungen in Ihrem Körper ausbreiten. Sie erhalten ebenfalls Informationen über die Herkunft, Herstellung und Verwendung der Klangschalen. Die Entspannung kann im Liegen auf einer Matte oder im Sitzen auf einem Stuhl durchgeführt werden. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Liegematte, Decke, kleines Kissen, Getränk..

Marion Kuhn
Sa, 24.10.2015, 14:30-17:30 Uhr
Begegnungsstätte Malmsheim
13,00 €

Medizinische Gymnastik / Seniorengymnastik

310352AS GEMEINSAM AUF KURS
Rückenfit- und Beckenbodengymnastik
für Damen 55 +

In diesem Kurs lernen Sie durch eine Kombination von Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskeltraining folgenden Zielen ein Stück näher zu kommen:
Aufrechte ausgeglichene Körperhaltung, Reduzierung von Cellulite, Verringerung von Kreuzschmerzen, Verbesserung von Beckenbodenproblemen wie z. B. Inkontinenz. Frau Hummel, Physiotherapeutin und Rückenschullehrerin, zeigt Ihnen, wie Sie Wahrnehmungs-, Dehn- und Kräftigungsübungen mit geringem Zeitaufwand auch im Alltag unterbringen können. Bitte mitbringen: Pezziball, Hallenturnschuhe und Getränk.

Maria Hummel
mittwochs, 17:00-18:00 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
F.-Silcher-Schule Malmsheim, Bühne
58,00 €

Gymnastik/Fitness

330252A
Pilates
für Teilnehmer mit und ohne Vorkenntnisse

Das Trainingsprogramm von Joseph Pilates findet immer mehr begeisterte Anhänger. Im Vordergrund steht der ganzheitliche Ansatz, der Körper und Geist über das kontrollierte, konzentrierte Arbeiten gleichermaßen fordert. Die Basis der Übungen bildet die aktive Körpermitte, verbunden mit einer präzisen Übungsausführung und unter Einsatz der Atemkontrolle. Das ausgewogene Programm aus Kräftigungs- und Dehnübungen verbessert die Körperhaltung und sensibilisiert die Körperwahrnehmung, es vertieft das Körperbewusstsein und führt zu einem neuen Körpergefühl.

Martina Tröber
dienstags, 18:00-19:00 Uhr
13 mal ab Di, 29.09.2015
Bürgerhaus Renningen, Saal
55,00 €



330552A GEMEINSAM AUF KURS
Rückenpower

Nie mehr Rückenschmerzen!!! In diesem Gesundheitskurs kommen Sie diesem Ziel einen großen Schritt näher. Gewinnen Sie an Ausstrahlung und fühlen Sie sich wieder wohl in Ihrem Körper. Ein effektives Ganzkörpertraining mit dem Schwerpunkt Rückenmuskulatur gleicht gezielt Muskeldysbalancen aus. Hier wird auf flotte Musik und mit verschiedenen Kleingeräten (Theraband, Softball, Hanteln) auch die Kraftausdauer geübt. Gezielte Dehnungen verbessern Ihre Gelenk- und Wirbelsäulenbeweglichkeit. Lassen Sie sich für diesen Präventionskurs mit unserer Physiotherapeutin und Rückenschullehrerin (BdR) Frau Hummel begeistern und melden Sie sich noch heute an!
Bei gesundheitlichen Bedenken Teilnahme bitte vorher mit dem Arzt absprechen.
Bitte ziehen Sie Hallensportschuhe und bequeme Gymnastikkleidung an.

Maria Hummel
mittwochs, 19:30-20:30 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
F.-Silcher-Schule Malmsheim, Bühne
58,00 €

330652A GEMEINSAM AUF KURS
Gymnastik für Frauen

Viele Beschwerden werden durch Bewegungsmangel oder durch einseitige Belastung am Arbeitsplatz und im Haushalt verursacht. Wir wirken dem entgegen, durch gezielte Übungen für Bauch, Beine und Po. Gleichzeitig gehen wir auf Rückenprobleme ein. Die Stunde klingt mit Dehnungs- und Entspannungsübungen aus.

Ulrike Streich
mittwochs, 18:00-19:00 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Rankbachhalle Renningen
58,00 €

331152A
Bodystyling
Kräftigung von Kopf bis Fuß

Mit Musik bringen wir zuerst unser Herz-Kreislauf-System in Schwung und mobilisieren unsere Gelenke. Danach folgt ein Ganzkörpertraining, auch mit variablen Zusatzgeräten (Hanteln, Theraband u. a.). Wir erreichen eine bessere Haltung und steigern unsere Fitness. Die Stunde beenden wir mit Dehnungs- und Entspannungsübungen. Bitte feste Turnschuhe, Handtuch und Getränk mitbringen.

Britta Weiss
dienstags, 19:10-20:10 Uhr
12 mal ab Di, 06.10.2015
Bürgerhaus Renningen, Saal
55,00 €

331252A
Aerobic-Fitnessmix

Dieser Kurs bietet eine Mischung, die Spaß macht: Die erste Hälfte der Stunde wird die Kondition mit Aerobic gefördert, in der zweiten Hälfte erwartet Sie leichtes Krafttraining, bestens geeignet um Problemzonen anzugehen, und das alles mit fetziger Musik! Vom Bauch über Rücken, Beine, Po und Arme hat jede Übungsstunde einen anderen Schwerpunkt. Stretching- und Entspannungsübungen sorgen für einen harmonischen Ausklang. Bitte bringen Sie ein Getränk, Handtuch und geeignete Schuhe mit.

Britta Weiss
dienstags, 20:15-21:15 Uhr
12 mal ab Di, 06.10.2015
Bürgerhaus Renningen, Saal
55,00 €

Renningen



331352A *Wochenende*
Zumba® für Alle
Der Fatburner-Fitnesstrend! für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren
Hier erwartet Sie ein ganz besonderes Event! Erleben Sie einen Zumba® -Nachmittag mit vier super Zumba® -Presenterinnen und DJ Ortezz. Der „Entdecker" dieses Fitness-Konzepts, Alberto Perez, hat durch seine südamerikanischen Wurzeln und seine Liebe zur feurigen Musik ein Cardiotraining mit Tanzschritten zu einem fetzigen Tanz-Workout vermischt. Zumba® vereint Salsa, Samba, Merengue und Cumbia, aber auch Hip Hop und orientalischen Tanz zu einem anspruchsvollen tänzerischen Ausdauertraining. **Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht notwendig.** Zumba® - Fitness, ditch the workout, join the Party! Bitte in Sportkleidung und Turnschuhen kommen, ausreichend Getränke und Handtuch mitbringen.

Patricia Donerson, Melania Meder, Daniela Deac, Vanessa Schnorr
Sa, 17.10.2015, 14:30-16:45 Uhr
Festhalle Stegwiesen Renningen
12,00 € (keine Ermäßigung)

Tanz

370452A *Wochenende*
Linedance - Workshop
von Walzer bis Disco-Fox
Linedance ist eine Tanzform, bei der in „lines", also in Reihen, **ohne Partner** getanzt wird. Trainiert werden Kondition, Konzentration und Koordination. Die Choreographien passen zu Schlagern, Pop- und Rockmusik. **Für tanzfreudige Menschen aller Altersgruppen.** Bitte mitbringen: Schuhe mit Ledersohlen oder Tanzschuhe, Getränk.

Brigitte Bucher
So, 11.10.2015, 14:00-16:30 Uhr
Haus am Rankbach Renningen
11,00 € (keine Ermäßigung)

370752A *Wochenende*
Paso Doble
für Paare ohne Vorkenntnisse
Der Paso Doble ist ein wunderschöner, ausdrucksstarker spanischer Paartanz, ist aber den Lateinamerikanischen Tänzen zugeordnet. Er entstand im 19. Jahrhundert in Spanien und ist seit 1945 Turniertanz. Unter dem Paso Doble versteht man die tänzerische Interpretation des Stierkampfes. Der Herr tanzt den stolzen Torero, die Dame stellt das rote Tuch (Muleta oder Capa genannt), eine Flamencotänzerin oder den Schatten des Toreros dar. Der Paso Doble („Doppelschritt") wird auf Marschmusik im 2/4-Takt getanzt, die mit musikalischen Elementen des Fandango und des Flamenco angereichert ist.

Cornelia Kriegler
Sa, 17.10.2015, 10:00-13:00 Uhr
Festhalle Stegwiesen Renningen
25,00 € (keine Ermäßigung)

Englisch A 1 (Grundstufe)



510152A
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Easy English A1.1", ab Lektion 1

Ursula Steller
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Realschule Renningen, Raum 211
84,00 €

510252A
Anfänger mit Vorkenntnissen
„Fairway A 1", ab Lektion 11
Sie haben früher schon etwas Englisch gelernt, möchten aber jetzt nochmal einsteigen, Ihre Kenntnisse auffrischen und ausbauen, sodass Sie sich selbst in einfachen Situationen auf Englisch ausdrücken können? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Gemeinsam wollen wir mit Hilfe des Lehrwerks Fairway Schritt für Schritt in kleinen Sequenzen unseren Wortschatz erweitern und in ersten, einfachen Sprechanlässen die englische Sprache anwenden.

Birgit Sattler
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Realschule Renningen, Raum 213
84,00 €

Bitte beachten Sie die Hinweise unter Leonberg, vhs-Sprachenschule, Seite 41. Nähere Angaben zu den Lehrbüchern finden Sie beim jeweiligen Sprachangebot in Leonberg.

Englisch A 2 (Grundstufe)

510352A
Ohne Eile - Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Key A 2", ab Lektion 5
Für alle, die ein Einstiegslehrwerk abgeschlossen haben, das simple past schon kennen und in lockerer Atmosphäre weiter machen und das Gelernte verfestigen wollen.

Kendra Sanseverino
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Realschule Renningen, Raum 217
84,00 €

510452A
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„A new start - Refresher A 2", ab Lektion 6
Sie haben bereits einige Vorkenntnisse, wollen Ihr Englisch auffrischen, Ihren Wortschatz erweitern und sicher auf alltägliche Situation reagieren können? Dann sind Sie bei uns richtig. Anhand verschiedener landeskundlicher und situativ aus dem Alltag stammender Themen wollen wir unsere sprachlichen Kenntnisse in angenehmer Unterrichtsatmosphäre weiter ausbauen wie auch bereits Gelerntes festigen.

Ursula Steller
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Realschule Renningen, Raum 211
84,00 €

Englisch A 2/B 1 (Grund-, Mittelstufe)

510552A
Ohne Eile - Anfänger mit guten Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger
Vertiefungskurs
„Key A 2", ab Lektion 11
Dieser Kurs baut auf einem Grundvokabular (A1) und Kenntnissen verschiedener Zeiten (simple past, present perfect, future forms) auf. Langsam aber sicher geht es mit genug Zeit zum Wiederholen und für zusätzliche Materialien und Aktionen (holidays, songs...) voran.

Kendra Sanseverino
dienstags, 19:45-21:15 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Realschule Renningen, Raum 217
84,00 €

Englisch B 1 (Mittelstufe)

510652A
Living English
„Living English B 1" ab Lektion 7

Katja Weber
mittwochs, 19:45-21:15 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Realschule Renningen, Raum 213
84,00 €

510752A *vormittags*
Let's get talking
You know some English and you want to practise it regularly - come and join us. We will talk about everyday topics, read and discuss easy newspaper articles and short stories.

Joanna Ruxton
montags, 08:30-10:00 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
Begegnungsstätte Malmsheim
84,00 €

Englisch B 2 (Aufbaustufe)

510852A *vormittags*
Getting ahead with English
This course offers you the opportunity to discuss, read and write about interesting topics and developments in the English speaking world. It will also offer you the chance to extend your „practical" vocabulary by means of activities that you might find surprising. In other words you will learn English to get ahead with.

David Pain
montags, 08:45-10:15 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
84,00 €

Französisch A 2 (Grundstufe)

530252AS
Ohne Eile - Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Voyages" Band 2, ab Lektion 5

Sabine Janzen
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Realschule Renningen, Raum 212
84,00 €

530352A *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Couleurs de France NEU" Band 2, ab Lektion 12
Wir lernen uns in Alltagssituationen und auf der Reise in Frankreich auszudrücken. Des chansons enrichiront le cours.

Margot Gilch
mittwochs, 10:30-12:00 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
84,00 €

Französisch B 2 (Aufbaustufe)

530852AS *vormittags*
Lire et parler
für die ältere Generation
Lektüre: „Lectures d'auteurs"
(ISBN 270611259X)
Des textes actuels de „Revue de la Presse" et des chansons enrichiront le cours.

Margot Gilch
mittwochs, 08:45-10:15 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
84,00 €

530952A *vormittags*
Cercle de conversation
Lektüre: „Conteurs du Maghreb"
(ISBN 978-3-15-009036-7)
Ce cours est pour ceux qui aiment la langue française et qui ont envie d'approfondir leur connaissances en discutant de divers sujets, en lisant des textes actuels et littéraires, en écoutant des chansons et en répétant la grammaire. Le matériel (copies) sera distribué et payé dans le cours.

Monique Fritzsche
montags, 10:30-12:00 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
84,00 €

Italienisch A 1 (Grundstufe)

550052A
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Allegro A 1" ab Lektion 1

Claudia Friscia
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Mi, 30.09.2015
Realschule Renningen, Raum 216
93,00 € (Kleingruppe; keine Ermäßigung)

550152A
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Allegro A 1" ab Lektion 7

Andrea Friedrich
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
Realschule Renningen, Raum 218
68,00 €

550352A *vormittags*
Italienisch für die Reise
Übungs- und Vertiefungskurs
„Con piacere A 1" ab Lektion 8
Italien ist immer eine Reise wert - noch schöner und interessanter wird diese, wenn Sie in Gesprächen mit den Italienern deren Land und Kultur entdecken und verstehen. In diesem Kurs lernen und vertiefen wir die italienische Sprache für die typischen touristischen Situationen einer Reise nach „Bella Italia". In einfachen Dialogen üben wir auch, uns mit Italienern über alltägliche Themen zu unterhalten.

Maria Calza
freitags, 09:15-10:45 Uhr
15 mal ab Fr, 02.10.2015
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
84,00 €

Italienisch A 2 (Grundstufe)

550252A
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
«Allegro B 1» ab Lektion 2 und ergänzende Lektüre. Diese wird im Kurs bekannt gegeben.

Andrea Friedrich
dienstags, 19:45-21:15 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
Realschule Renningen, Raum 218
68,00 €

550452A *vormittags*
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Con piacere A 2" ab Lektion 1
Der Kurs richtet sich an Interessenten mit Vorkenntnissen aus 5 Semestern Italienisch. Ziel dieses Kurses ist, die Grundlagen der italienischen Grammatik intensiv und systematisch zu erlernen, um sich so schnell wie möglich selbstständig auf Italienisch unterhalten zu können.

Maria Calza
freitags, 11:00-12:30 Uhr
15 mal ab Fr, 02.10.2015
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
84,00 €

Italienisch B 1 (Mittelstufe)

550552A *vormittags*
Esercizi di conversazione
«Con piacere B 1» ab Lektion 3
Dopo aver imparato le basi grammaticali della lingua italiana il nostro obiettivo è conversare. Pratichiamo l'italiano insieme per migliorare il livello, usando argomenti di attualità e cultura generale di interesse dei partecipanti del nostro corso.

Maria Calza
dienstags, 09:00-10:30 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Begegnungsstätte Malmsheim
84,00 €

550652A
Conversazione e ripasso
Dopo aver imparato una lingua straniera, il segreto per non dimenticarla, e'praticarla. In questo corso, quindi, abbiamo l'obiettivo di conservare ed ampliare il vocabolario personale facendo conversazioni ed esercizi - tutto in Italiano. Das Geheimnis, eine erlernte Fremdsprache nicht zu verlernen, ist diese zu praktizieren. Ziel dieses Kurses ist Ihr persönliches Vokabular durch Konversation und Übungen - alles auf Italienisch - zu halten und zu erweitern.

Maria Calza
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Realschule Renningen, Raum 216
84,00 €



Präsentation

610152AK *Ferienkurs*
Optimale Referate und Präsentationen
Rhetorik für Jugendliche (7. - 9. Klasse)
Eine originelle und übersichtliche Gestaltung beeindruckt bei Vorträgen ebenso, wie klare, verständliche, gut formulierte und betont vorgetragene Sätze. Viele Tipps und Tricks sowie praktische Übungen sollen eine Verbesserung der schulischen Leistungen (GFS) bewirken. Videoaufnahmen dienen dabei der besseren Selbsteinschätzung.
Inhalte:
Gute Struktur (Gliederung) des Vortrags
Stimmbetonte Darbietung
Körpersprachlicher Einsatz
Umgang mit Fragen und Einwänden
Tipps und Tricks
Video-unterstütztes Feedback

Josef Büter M. A.
Fr, 30.10.2015, 15:00-18:00 Uhr
Sa, 31.10.2015, 09:30-13:00 Uhr
Haus am Rankbach Renningen, Begegnungsstätte
54,00 € (keine Ermäßigung)

Foto



611152A
Portraitfotografie
Menschen zu fotografieren ist ein faszinierendes und spannendes Thema. Ein gutes Porträt zeigt das Wesen und den Charakter der porträtierten Person. All diesen Aspekten werden wir uns widmen. In der Theorie geschieht dies anhand von Bildbeispielen, in der Praxis dürfen sich die Teilnehmer/innen zur Übung gegenseitig porträtieren. Wir werden verschiedene Lichtarten nutzen und sowohl im Raum als auch im Freien Porträtstudien betreiben. Am 2. Termin (Samstag) sollten ab Mittag Porträtmodelle aus dem Bekanntenkreis der Teilnehmenden zur Verfügung stehen!
Mitzubringen sind: Spiegelreflexkamera mit vorhandenen Objektiven (Weitwinkel- und Teleobjektiv), Accessoires für ausgefallene Portraits.

Gabriela Hausenstein
Do, 12.11.2015, 18:00-21:30 Uhr
Sa, 14.11.2015, 09:00-15:00 Uhr
Do, 19.11.2015, 18:00-20:30 Uhr
Begegnungsstätte Malmsheim
68,00 € (keine Ermäßigung)

EDV

655152A
Word 2010 Grundlagen kompakt
In diesem Kurs lernen Sie in kompakter Form die Textverarbeitung mit MS Word kennen. Es werden die Grundkenntnisse vermittelt, um Texte in vielfältiger Art und Weise gestalten zu können. Das Einfügen von Grafiken, Linien und Rahmen ist ebenfalls Bestandteil des Kurses. Mögliche Druckoptionen werden behandelt und am Beispiel vertieft.
Vorkenntnisse:
Erste Kenntnisse im Umgang mit dem PC

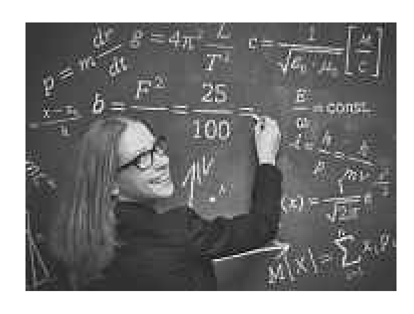
Sandra Bickel
mittwochs, 18:00-21:00 Uhr
2 mal ab Mi, 13.01.2016
Gymnasium Renningen, Raum 2219
54,00 € (inkl. Unterlagen und Teilnahmebescheinigung im Wert von insgesamt 9,00 €. Auf diesen Betrag wird keine Ermäßigung gewährt).

Kompaktkurse
Bei Kompaktkursen werden aus einem bestimmten Unterrichtsvolumen die wesentlichen Punkte herausgezogen. Die Teilnehmer lernen schwerpunktmäßig das Wesentliche unter dem Gesichtspunkt der praktischen Verwertbarkeit.

Rutesheim

Fachauskunft und Kursanmeldung nur bei der vhs-Geschäftsstelle Leonberg
Örtliche Betreuung: Carmen Kübler

Mathematik



132252BK *Wochenende*
Mathetraining - Mittlere Reife
Übungsbuch: Realschule 2015, Mathematik, Stark-Verlag.
Anhand von Abschlussaufgaben der letzten Jahre können sich Schüler der allgemeinen Realschule auf die Prüfung vorbereiten. Es werden beispielhaft Aufgaben gerechnet und besprochen; auch auf individuelle Probleme kann eingegangen werden.

Joachim Kübler
Sa, 16.01./23.01./30.01./ 20.02.2016
jeweils 09:30-12:30 Uhr
Realschule Rutesheim, Fachklassenbau, Handarbeitsraum
61,00 € (keine Ermäßigung)

Literatur

233152B
Mörderischer Winter - kriminelle Neuerscheinungen
Der Herbst beschert den Krimifans unter Ihnen wieder eine Reihe von spannenden kriminellen Neuerscheinungen, so dass trübe Winterabende im Flug vergehen und die Nächte zu kurz werden zum Schlafen. Aber es ist nicht immer leicht, unter der Flut der Neuerscheinungen die richtigen Bücher für sich selber zu finden. Es werden Ihnen bekannte und weniger bekannte Autoren und ihre mörderischen Geschichten aus aller Welt vorgestellt. Sicher ist auch für Sie der eine oder andere Krimi dabei!

Caren Decker-Jung
Do, 03.12.2015, 20:00-21:30 Uhr
Zahns Weine, Bahnhofstraße 2, Rutesheim
11,00 € (keine Ermäßigung)

Textile Techniken

259352B
Patchwork-Sterne
für Anfänger und Fortgeschrittene
Sterne sind wunderschöne Dekorationen, vor allem in der Advents- und Weihnachtszeit. Für den Tisch oder als Wandbehang sind sie ein ganz besonderer Blickfang. An 3 Abenden sollen die Decken, Läufer, Wandbehänge oder auch Baumschmuck noch rechtzeitig vor der Adventszeit fertig werden.
Bitte mitbringen: 4-5 ca. 30 cm adventliche Baumwollstoffe, gewaschen und gebügelt, Garn, Schere, Stecknadeln, Metermaß, wenn vorhanden Rollschneider, Schneidematte und Nähmaschine.

Inge Strauß
montags, 18:30-21:00 Uhr
3 mal ab Mo, 16.11.2015
Schützstraße 10, Rutesheim
34,00 € (keine Ermäßigung)

Essen und Trinken



*** Wichtige Hinweise für alle Koch- und Backkurse**
Zusammen mit dem Kurspreis wird ein **Abschlag auf die Lebensmittelkosten** abgebucht, der neben dem Kurspreis ausgewiesen ist. Auf diesen Abschlag gibt es **keine Ermäßigung!**
Die genaue Abrechnung erfolgt im Kurs. Wenn Sie von einem Kurs zurücktreten, müssen Sie sich fristgerecht (7 bzw. 10 Tage vor Kursbeginn) bei der vhs-Geschäftsstelle abmelden, andernfalls werden der Kurspreis **und** die ausgewiesenen Lebensmittelkosten von Ihrem Konto abgebucht.
Bitte bringen Sie zu allen Kursen folgendes mit: **Hand und Geschirrtuch,** Schürze, Topflappen und Behälter für Kostproben, **Mineralwasser.**
Da die Volkshochschule **nur Gast in den Schulküchen** ist, bitten wir Sie, die Räume sauber und aufgeräumt zu hinterlassen.



272552B *Wochenende*
Männerkochkurs
Men's cooking
„Kochen ist Frauensache", „Kochen ist stressig", Kochen ist langweilig" - stimmten Sie bisher einer oder sogar allen Aussagen zu, dann werden Sie nach diesem Kochkurs anderer Meinung sein. In geselliger Runde lernen Anfänger die Kunst des Kochens kennen, aber auch fortgeschrittene Köche kommen auf ihre Kosten. Und dies alles ohne die kritischen Blicke von geübten Hausfrauen.

Sabine Keller-Epple
Fr, 22.01.2016, 18:30-22:00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule Rutesheim, Fachklassenbau, Küche
27,00 € (inkl. 11,00 € Lebensmittelkosten*)

Bitte beachten Sie auch den Kurs 513052B „In Defence of English cooking" bei den Englischkursen.

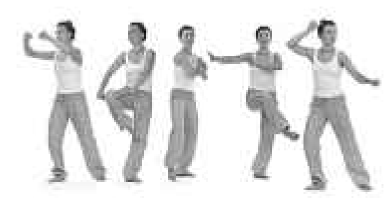
272652B *Wochenende*
Auf die Plätzchen fertig los!
Sie suchen neue Rezeptideen für Ihre Weihnachtsbäckerei? Dann sind Sie hier genau richtig. Wir probieren neue Rezepte aus, aber auch Klassiker kommen nicht zu kurz. Volle Keksdosen sind Ihnen garantiert, und das alles so rechtzeitig, dass Sie sich entspannt auf Weihnachten einstimmen können.
Bitte mitbringen: Ausstecher, Wellholz, Keksdose.

Sabine Keller-Epple
Fr, 20.11.2015, 18:00-21:30 Uhr
Theodor-Heuss-Schule Rutesheim, Fachklassenbau, Küche
28,00 € (inkl. 12,00 € Lebensmittelkosten*)

Fernöstliche Entspannungsmethoden

An Kursen, die mit „T" und diesem Logo GEMEINSAM AKTIV KURS gekennzeichnet sind können Versicherte der AOK – Die Gesundheitskasse Stuttgart-Böblingen kostenfrei teilnehmen, sofern uns ein entsprechender Gutschein bei der Anmeldung vorgelegt. wird.

Viele gesetzliche Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie ihren Versicherten bezuschussen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung zu einem vhs-Kurs!
Nach Kursende können Sie von uns bei entsprechender Teilnahme eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten. Sie erhalten diese bei Abholung kostenlos oder gegen Gebühr bei Zusendung.



Tai Chi
Peking-Form
Tai-Chi-Chuan ist ein traditionelles chinesisches System von Übungen, das auf der Philosophie des Tao (der Weg), dem Yin und Yang (die Gegensätze) beruht. Seine äußere Form sind fließende harmonische Bewegungen, voller Ausdruck, Schönheit und Energie. Das bewusste Bewegen von Körperzentrum und Gliedmaßen fördert die Konzentration und Koordinationsfähigkeit. Die Langsamkeit und die Natürlichkeit der Bewegungen machen geschmeidiger und erhöhen das Körperbewusstsein. Die Peking-Form ist für Jung und Alt, für Frauen und Männer gleichermaßen gut geeignet. Bitte bequeme Kleidung und Sportschuhe mitbringen.

293552BT GEMEINSAM AKTIV KURS
für Anfänger/-innen

Jannis Tsausidis
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
9 mal ab Mi, 07.10.2015
Altes Rathaus Perouse
59,00 €

293652BT GEMEINSAM AKTIV KURS
für Fortgeschrittene

Jannis Tsausidis
montags, 19:40-21:10 Uhr
10 mal ab Mo, 05.10.2015
Altes Rathaus Perouse
65,00 €

293752BT GEMEINSAM AKTIV KURS
Qigong
für Anfänger und Fortgeschrittene
Qigong ist eine sanfte Bewegungskunst der Aktivierung der Lebensenergie, die in China seit Jahrtausenden und inzwischen auch weltweit zur Gesundheitspflege und Selbstheilung eingesetzt wird. Durch einfache Übungen im Gehen, Stehen, Sitzen oder Liegen werden die Selbstregulationsfähigkeit und Selbstheilungskräfte der körperlichen Prozesse positiv angeregt. So kann die Lebensenergie (Chi) ungehindert durch die Meridiane fließen. Qigong-Übungen stärken das Immunsystem und helfen, den Alltag mit Gelassenheit

zu meistern. Die Schulung von Körper, Atmung und Geist ist die Grundlage aller Qigong-Übungen. Jede Übung wird häufig wiederholt, ist leicht erlernbar und für jeden Mann und jede Frau geeignet. Standard sind die acht Brokate. Bitte bequeme Kleidung, weiche Sportschuhe mit hellen Sohlen oder dicke Socken mitbringen!

Jannis Tsausidis
mittwochs, 19:30-21:00 Uhr
10 mal ab Mi, 07.10.2015
Altes Rathaus Perouse
65,00 €

293852BT GEMEINSAM AUF KURS

Yoga - ein Weg zur Mitte

Yoga ist ein Weg, der über Harmonisierung von Körper und Atem das Bewusstsein zentriert und sammelt. Im Zustand der Sammlung werden innere Klarheit und Stille erfahrbar - ein Ruhen in der eigenen Mitte, das die Grundlage bildet für einen achtsamen Umgang, sowohl mit sich selbst, als auch mit den Anderen. Ausgewählte Übungen für Körper, Atem und Achtsamkeit werden dabei Ihr Wegbegleiter sein. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Unterlage und ein kleines, festes Kissen.

Christine Scheithe-Gerstenmaier
montags, 17:45-19:15 Uhr
12 mal ab Mo, 28.09.2015
Altes Rathaus Perouse
76,00 €

Yoga

für Teilnehmer/-innen mit und ohne Vorkenntnisse

Yoga ist ein Übungssystem zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele nach dem Prinzip: Bewegen - Entspannen - Atmen. Körperstellungen halten fit und flexibel, sie stärken und dehnen alle Muskeln und Bänder, Verspannungen lösen sich, die Körperwahrnehmung wird vertieft. Entspannungstechniken lösen Stress, der Körper kommt zur Ruhe und erfährt tiefgehende Regeneration. Atemübungen wirken reinigend, beruhigend und vitalisierend auf alle Körpersysteme. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, 2 rutschfeste Unterlagen, kleines Kissen, rutschfeste Socken, Getränk.

293952BT GEMEINSAM AUF KURS *Wochenende*

Elke Raidt
freitags, 17:00-18:45 Uhr
13 mal ab Fr, 02.10.2015
Theodor-Heuss-Schule Rutsheim, Musiksaal
97,00 €

294052BT GEMEINSAM AUF KURS *Wochenende*

Elke Raidt
freitags, 18:50-20:35 Uhr
13 mal ab Fr, 02.10.2015
Theodor-Heuss-Schule Rutsheim, Musiksaal
97,00 €

Medizinische Gymnastik/ Seniorengymnastik

310452BS GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*

Osteoporose-Gymnastik

für Frauen

Knochenschwund ist ein typisches Frauenleiden. Diesem Skelettabbau kann man allerdings entgegenwirken. Ein vielseitiges Bewegungsprogramm sowie Koordinations-, Reaktions- und Gleichgewichtsübungen werden uns helfen, wieder Freude an Bewegung zu haben. **Bitte sprechen Sie die Teilnahme mit der Hausärztin/ dem Hausarzt ab.** Bitte eine Decke mitbringen.

Silvia Schwingl
freitags, 09:15-10:15 Uhr
14 mal ab Fr, 02.10.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
58,00 €

Gymnastik/Fitness



Haltungsgymnastik

Mit moderner Gymnastik bringen wir unseren ganzen Körper in Schwung und gleichen Bewegungsmangel und Fehlbelastungen aus. Gezielte krankengymnastisch orientierte Dehn- und Kräftigungsübungen regulieren muskuläre Ungleichheiten. Entspannungsübungen lösen nicht nur körperlichen Stress, sondern steigern auch unser seelisches Wohlbefinden. Darüber hinaus lernen wir, unsere Alltagsbewegungen rücken- und gelenkschonender zu gestalten.

331452BS GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*

für Frauen 50 +

Silvia Schwingl
dienstags, 10:20-11:20 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
58,00 €

331552B GEMEINSAM AUF KURS *vormittags*

für Frauen

Silvia Schwingl
dienstags, 09:15-10:15 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
58,00 €

331652B

für Frauen

Ingrid Kelm
dienstags, 18:00-19:00 Uhr
13 mal ab Di, 29.09.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
55,00 €

331752B

für Frauen

Ingrid Kelm
donnerstags, 19:00-20:00 Uhr
13 mal ab Do, 01.10.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
55,00 €



331852B

für Männer

Ingrid Kelm
donnerstags, 20:05-21:05 Uhr
13 mal ab Do, 01.10.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
55,00 €

Fit und entspannt

mit Elementen aus dem Qigong

Bewegung – Atmung – Haltung sind in diesem Kurs die zentralen Themen.
Bleiben (oder werden) Sie beweglich - mit einem bunten Gymnastikprogramm! Dabei wechseln sich gezielt krankengymnastisch orientierte Übungen mit einfachen Elementen aus dem Qigong ab. Die ruhigen, fließenden Bewegungen regulieren und kräftigen unseren Körper, verbessern unsere Körperhaltung und stärken das Immunsystem. Durch einfache Atem- und Entspannungsübungen tun wir unserem Körper Gutes.

332052BS GEMEINSAM AUF KURS

50 +

Silvia Schwingl
mittwochs, 18:00-19:00 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
58,00 €

332152B GEMEINSAM AUF KURS

Silvia Schwingl
mittwochs, 19:00-20:00 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
58,00 €



332552B *für Frauen*

Step Aerobic

Das perfekte Bodyshaping!

Ein effektiver, einfacher und effizienter Weg, das Herz-Kreislaufsystem zu trainieren und Kalorien zu verbrennen. Und das auch noch mit viel Spaß! Lust auf fetzige Musik und mit abwechslungsreichen Schrittkombinationen Beine und Po zu trainieren, Ausdauer und Koordination zu verbessern?

Anja Bürger
dienstags, 19:05-20:00 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
55,00 €

332652B *für Frauen*

Bodystyling

Bauch, Beine, Po und Rückenfitness

für Anfänger und Fortgeschrittene

Wollen Sie etwas für Ihre Figur tun, die Proportionen verändern und den Körper straffen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Nach einer Aufwärmphase trainieren Sie mit gezielten Übungen wirbelsäulengerecht, gelenkschonend und effizient alle Muskelgruppen. Gleichzeitig stärken Sie Ihren Rücken und verbessern dadurch Ihre Haltung. Mit diesem ganzheitlichen Training wird Ihr Körpergefühl und Erscheinungsbild verbessert. Angenehmes Dehnen und Loslassen am Schluss runden das Programm auf sanfte Weise ab.

Anja Bürger
dienstags, 20:05-21:00 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
55,00 €

Rutesheim

332752B
Pilates
für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen
Pilates ist eine sanfte Trainingsmethode, die Ihrem Körper unabhängig von Ihrem Alter und Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit mehr Balance und Beweglichkeit verleiht. Auf schonende Weise und gleichzeitig kraftvoll aus der Körpermitte verbessern Sie Ihre Körperhaltung, Koordination, Atmung und Konzentration. Pilates stärkt von innen heraus, da die Tiefenmuskulatur aufgebaut und u. a. Beckenboden und Rücken gekräftigt werden. Wir werden auch Kleingeräte, wie z. B. Redondoball und Theraband, einsetzen. Bitte Handtuch und dicke Socken mitbringen.

Sabine Schneider
donnerstags, 18:00-19:00 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
58,00 €



Zumba® Fitness
Der Fatburner-Fitnesstrend für Alle!
Der „Entdecker" dieses Fitness-Konzepts, Alberto Perez, hat durch seine südamerikanischen Wurzeln und seine Liebe zur feurigen Musik ein Cardiotraining mit Tanzschritten zu einem fetzigen Tanz-Workout vermischt. Zumba® vereint Salsa, Samba, Merengue und Cumbia, aber auch Hip Hop und orientalischen Tanz zu einem anspruchsvollen tänzerischen Ausdauertraining. **Für Zumba® braucht man keine tänzerischen Vorkenntnisse, auch Teenager ab 14 Jahren sind herzlich willkommen!**

332852B
Melania Meder
montags, 17:50-18:50 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
58,00 €

332952B
Melania Meder
montags, 19:05-20:05 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
58,00 €

333252B *vormittags*
N.N.
donnerstags, 09:30-10:30 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Sporthalle Bühl I Rutesheim, Fitnessraum
58,00 €

Tanz



371152B
Orientalischer Tanz
Mittelstufe
Orientalischer Tanz als Möglichkeit, ein neues Körperbewusstsein auszutanzen, aber auch die schlichte Freude an der Bewegung, die Lust am Verkleiden begeistert noch heute in zunehmendem Maße auch die „vernünftige" Mitteleuropäerin. Wir erlernen und genießen die typischen Bewegungselemente, begleitet von märchenhafter orientalischer Musik. **Dieser Tanz ist für jede Frau geeignet und das Alter spielt auch keine Rolle.** Bitte mitbringen: bequeme figurbetonte Kleidung, Tücher für die Hüfte, Gymnastikschuhe und Decke oder Gymnastikmatte.

Dagmar Frank
mittwochs, 19:00-20:30 Uhr
13 mal ab Mi, 30.09.2015
Festhalle Rutesheim
75,00 €

Bitte beachten Sie die Hinweise unter Leonberg, vhs-Sprachenschule, Seite 41. Nähere Angaben zu den Lehrbüchern finden Sie beim jeweiligen Sprachangebot in Leonberg.

Englisch alle Stufen



513052B
In Defence of English cooking - Kochen und Konversation
Join us for an evening full of pleasure: sitting together and enjoying our self-prepared meal while listening to music and short stories and chatting. Would that be something for you? All levels are welcome. (Es werden zusätzlich 10,00 € Lebensmittelkosten im Kurs eingesammelt.)

Birgit Sattler
montags, 18:30-21:00 Uhr
2 mal Mo, 19.10. und 16.11.2015
Theodor-Heuss-Schule Rutesheim, Fachklassenbau, Küche
19,00 €

Englisch A 1 (Grundstufe)

513152B
False Beginners
„Englisch ganz leicht"
Dieser Kurs richtet sich an alle, die (vielleicht vor langer Zeit) schon einmal Englisch gelernt, aber viel davon wieder vergessen haben. Diese „falschen Anfänger" können im Kurs ohne Zeit- und Leistungsdruck ihre vergrabenen Kenntnisse wiederentdecken. Die engagierte Kursleiterin führt Sie Schritt für Schritt auf lebendige und anschauliche Art und Weise erneut an die englische Sprache heran und gewährleistet so einen erfolgreichen Lernprozess. Auch „echte" Anfänger sind natürlich willkommen.

Rhodaliza Steegmaier
mittwochs, 18:30-20:00 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Theodor-Heuss-Schule Rutesheim, Fachklassenbau, Raum S 12
84,00 €

Englisch A 2/B 1 (Grund-, Mittelstufe)

513452B *Ferienkurs*
Let's get fit! Wiederauffrischung
Kompaktwoche am Abend in den Faschingsferien
Sie haben Grundkenntnisse in Englisch, aber das Gefühl, einiges verlernt zu haben? Sie möchten Ihr Englisch auffrischen? Dann ist dieser intensive Wochenkurs der ideale Kurs für Sie. Durch vielfältige Sprechsituationen kommen Sie wieder in Übung. Mit Aufgaben aus den Bereichen Lese- und Hörverständnis, Wortschatz und grammatische Strukturen schaffen wir eine gute Grundlage. Lernmaterial wird gegen 5,00 € zur Verfügung gestellt.
Voraussetzung: Grundkenntnisse im Englischen (erreichtes Niveau A1).

Birgit Sattler
Mo-Fr, 08.02.-12.02.2015
jeweils 18:30-20:00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule Rutesheim, Fachklassenbau, Handarbeitsraum
28,00 €

513252B
Conversation
Sie haben bereits gute Englischkenntnisse (etwa auf Realschulniveau) und möchten diese (re) aktivieren? Come and join us! Angeregt durch Texte und aktuelle Ereignisse erwecken wir die englische Sprache zum Leben und verbringen eine entspannte, interessante Zeit zusammen.

Rhodaliza Steegmaier
donnerstags, 18:30-20:00 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
Theodor-Heuss-Schule Rutesheim, Fachklassenbau, Raum S 12
84,00 €

Englisch B 2 (Aufbaustufe)

513352B
Let's get talking
You want to practise your English regularly - come and join us! We will talk about matters of general interest, newspaper articles and short stories.

Birgit Sattler
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Theodor-Heuss-Schule Rutesheim, Fachklassenbau, Handarbeitsraum
84,00 €

Italienisch A 1 (Grundstufe)

550752B
Anfänger mit Vorkenntnissen
„Allegro A 2" ab Lektion 1

Susanne Kniesel
montags, 18:00-19:30 Uhr
12 mal ab Mo, 28.09.2015
Theodor-Heuss-Schule Rutesheim, Fachklassenbau, Raum S 12
68,00 €



Spanisch A 1 (Grundstufe)



573052B *vormittags*
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Con gusto A 1", ab Lektion 3
Möchten Sie sich im nächsten Urlaub in der Landessprache verständigen? Oder betrachten Sie eine weitere Fremdsprache einfach als geistige Bereicherung? Wenn Sie bisher wenig oder gar kein Spanisch sprechen, lernen Sie in diesem Kurs die Grundsituationen des Alltags sprachlich zu meistern. Praktische Übungen und viele Informationen über Spanien ergänzen den Unterricht.

Elizabeth Viera de Rathfelder
montags, 10:00-11:30 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
Altes Rathaus Rutesheim
84,00 €

Spanisch B 1/B 2 (Mittel-, Aufbaustufe)

573152B *Wochenende*
Conversación y más für Fortgeschrittene
„Avenida", ab Lektion 11
Textarbeit und die Kommunikation stehen in einem ausgewogenen Verhältnis. Motivierende Texte und vielfältige Aufgabentypen unterstützen eine positive Arbeitsatmosphäre in der Lerngruppe.

Elizabeth Viera de Rathfelder
freitags, 18:30-20:00 Uhr
11 mal ab Fr, 02.10.2015
Theodor-Heuss-Schule Rutesheim, Fachklassenbau, Raum S 12
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Foto

611252B *nachmittags*
Einstieg in die digitale Fotografie mit der Spiegelreflexkamera
Fotografieren ist ein kreatives und spannendes Hobby. Damit Sie mit Ihrer Spiegelreflexkamera nicht mehr auf die Automatikfunktion angewiesen sind, wird Ihnen die Technik der Grundeinstellungen wie Blende, Zeit, ISO-Empfindlichkeit erklärt und an Beispielen vermittelt. Anhand praktischer Übungen mit Motiven und Personen wird die Theorie anschließend geübt und umgesetzt. Dieser Kurs gibt vor allem Einsteigern das Gefühl Ihre Spiegelreflexkamera besser kennen zu lernen und mit einfachen Tipps optimale Ergebnisse zu erzielen.

Susanne Illeson
Fr, 09.10.2015, 15:00-19:30 Uhr
Goethe-Kindergarten Rutesheim, Goethestr. 21, Turnraum
37,00 € (keine Ermäßigung)

Weil der Stadt

Fachauskunft und Kursanmeldung nur bei der vhs-Geschäftsstelle Leonberg
Örtliche Betreuung: Angelika Brombacher

Exkursionen



115152CE
Höher hinaus geht nicht
Türmerführung in der Stadtkirche St. Peter und Paul, Weil der Stadt
Willi Bothner lässt eine alte Weil der Städter Tradition aufleben und zeigt als Türmer die alte Reichsstadt aus der Vogelperspektive. Geheimnisvoll erzählt er von den historischen Aufgaben des Türmers direkt an seinem Arbeitsplatz - dem Turm der Stadtkirche St. Peter und Paul. Unter den Arkaden des Weiler Rathauses (Marktplatz 4) nimmt er die Gruppe persönlich in Empfang und eröffnet auf den 176 Stufen zum Türmerstüble Einblicke in die Weiler Geschichte und Ausblicke über die Dächer der bezaubernden Reichsstadt. Für Erwachsene und Familien mit Kindern ab 8 Jahren geeignet. Kinder bis 14 Jahre haben freien Eintritt. **Bitte die Anzahl der Kinder bei der Anmeldung angeben. Telefonische Anmeldung bei der vhs-Außenstelle Weil der Stadt (Telefon: 07033/35959) unbedingt erforderlich.**

Willi Bothner
Mi, 30.09.2015, 17:00-18:30 Uhr
3,00 € (keine Ermäßigung)



110052CE *Wochenende*
Mit topografischer Wanderkarte und Kompass unterwegs
Nach einer kurzen Einweisung zum Umgang mit Karte und Kompass fahren wir mit dem Linienbus (Zusatzkosten ca. 2,30 €) nach Münklingen. Über Kuppelzen, Büchelberg und Möttlinger Köpfle wandern wir zurück. Neben dem Genießen der herrlichen Aussichten bleibt ausreichend Gelegenheit, um den Umgang mit Karte und Kompass zu lernen und zu vertiefen. Anschaulich wird vor Ort gezeigt, mit welchen natürlichen Gegebenheiten man sich im Gelände auch ohne Hilfsmittel orientieren kann. Wer ein digitales Navigationsgerät besitzt, kann dies gerne mitbringen. Diese unterschiedlichen Navigationsmöglichkeiten schließen sich nicht gegenseitig aus, sondern ergänzen sich auf Grund derselben Navigationsgrundlagen. Wanderstrecke ca. 8 - 10 km, ca. 70 m Höhe jeweils auf- und abwärts, moderates Tempo. Festes Schuhwerk, Getränk, Kopfbedeckungen sind erforderlich. Kompasse und Kartenmaterial werden gestellt. Der Treffpunkt in Merklingen wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt!

Oliver Johanson
Sa, 10.10.2015, 12:30-17:30 Uhr
16,00 € (keine Ermäßigung)

Weil der Stadt

110352CV *Vortrag*
Pilze - zwischen Gift und Genuss
„Hätte ich die Pilze weiterhin gegessen, die ich mit Oma und Opa gesammelt habe, könnte ich diesen Vortrag nicht mehr halten!" Reinhard Lieske, Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie, berichtet von seinem ganz persönlichen Weg, wie er die Faszination der unheimlichen Kobolde des Waldes entdeckte. Danach stehen ganz praktische Fragen der Pilzsuche im Vordergrund:
Wovon und wie ernähren sich die Pilze? Wozu sind Pilze gut? Wie wird richtig gesammelt? Wie verhält es sich mit der Schwermetall- bzw. radioaktiven Belastung? Wie viel darf ich essen? Was tun bei Vergiftungen, bei Vergiftungsverdacht? Wo werde ich verantwortlich beraten?
Begleitet wird der Vortrag von exemplarischen Pilzbildern zu den behandelten Themen. Er ist auch gedacht als Vorbereitung für die von der vhs angebotenen „Naturkundlichen Pilzführungen".

Reinhard Lieske
Di, 06.10.2015, 19:30 Uhr
Kath. Gemeindehaus
Weil der Stadt, Saal
6,00 € (Abendkasse)



110452CE *Wochenende*
Naturkundliche Pilzführung
Bei dieser Exkursion wird die heimische Pilzflora von einem Pilzsachverständigen der Deutschen Gesellschaft für Mykologie vorgestellt. Die typischen Merkmale einiger häufiger Speisepilze und die Unterschiede zu ihren giftigen Doppelgängern werden erläutert. Das richtige Sammeln von Pilzen, ihr Speisewert und ihr Nutzen für den Naturhaushalt sind ebenso Inhalt dieser Pilzführung. Die Teilnehmer sollten sich wetterfest kleiden und Pilzbuch, Sammelkorb und Messer nicht vergessen, sofern sie selbst Pilze sammeln wollen. Der Treffpunkt in Althengstett wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.

Reinhard Lieske
Sa, 17.10.2015, 14:00-16:30 Uhr
10,00 € (keine Ermäßigung)

Länderkunde



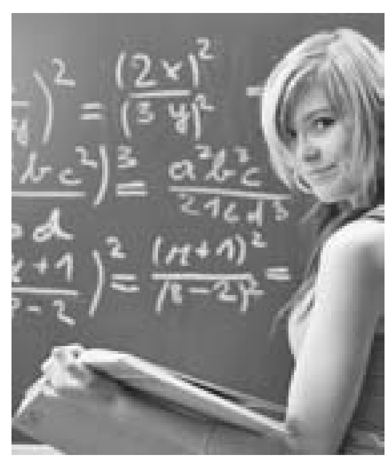
111352CV *Vortrag*
Baikalsee - Banja/Burjatien/Babuschka
Erleben Sie einen Tag bei einer alten Siedlerin am Baikalsee, einer Babuschka. Lassen Sie sich von ihrer Lebensfreude und ihrem Gesang verzaubern. In der Nähe von Ulan Ude besuchen Sie das Kloster Iwolginsk, in dem sich die Mumie eines buddhistischen Lamas seit mehreren Jahrzehnten auf unerklärliche Weise nahezu unversehrt gehalten hat. Atemberaubende Fotoimpressionen der weiten Landschaft, auch im jahreszeitlichen Wechsel und die Begegnungen mit den Bewohnern dieser beeindruckenden Region machen diesen Baikalsee-Abend zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Frank Riedinger
Do, 21.01.2016, 19:30 Uhr
Schulzentrum Weil der Stadt, Aula
10,00 € (Abendkasse)

132052CV *Vortrag*
Die Tschernobyl-Sperrzone
Wie die Wildnis eine verlassene Region zurückerobert
Nur wenige Menschen haben Zutritt zu der Sperrzone rund um den Katastrophenreaktor Tschernobyl im Grenzgebiet zwischen Weißrussland und der Ukraine. Der aus Merklingen stammende Naturschützer Michael Brombacher von der Frankfurter Zoologischen Gesellschaft (ZGF) konnte dieses Gebiet besuchen und beobachten, was passiert, wenn in einem 500.000 Hektar großen Gebiet der Mensch - unfreiwillig - nicht mehr eingreift. Über seine Erlebnisse, aber auch davon, was wir von einem solchen „Freilandlabor" für den deutschen Naturschutz lernen können, wird er mit eindrücklichen Bildern und Erzählungen berichten. In Kooperation mit den Vogel- und Naturfreunden Merklingen e.V.

Michael Brombacher
Fr, 06.11.2015, 19:30 Uhr
Grund- u. Werkrealschule Merklingen, Aula
kostenfrei

Mathematik



132652CK *Wochenende*
Mathetraining - Abitur
Anhand von Beispielen, insbesondere aus den Orginalklausuren, werden die verschiedenen Typen von Aufgaben aus der Analysis und der analytischen Geometrie des Pflicht- und Wahlteils durchgearbeitet. Die Aufgaben orientieren sich am Stoff der allgemeinbildenden Gymnasien. Schwerpunkt sind die Textaufgaben des Wahlteils, die Strategie zur Lösung und der Einsatz des GTR. Die Interessen der Teilnehmer werden wo immer möglich, berücksichtigt.
Zielgruppe dieses Mathe-Trainings sind Abiturienten, die vor allem ihre Sicherheit im Umgang mit Textaufgaben verbessern wollen.

Nina Kevlishvili
samstags, 09:00-13:00 Uhr
3 mal ab Sa, 23.01.2016
Spital Weil der Stadt, Raum 3
61,00 € (keine Ermäßigung)

Elternforum/Leben gestalten



216052CV *Vortrag*
"Beim Essen wird nicht gegoogelt"
Medienerziehung in der Familie und wie sie gelingen kann
Medien und mögliche Wirkungen von Medieninhalten stehen immer wieder im Mittelpunkt der öffentlichen Diskussion. Eltern benötigen Information und Unterstützung, um ihrer Verantwortung für die Medienerziehung ihrer Kinder gerecht werden zu können.
Der Referent Henrik Blaich ist Fachreferent für Medienpädagogik und Gewaltprävention bei der Aktion Jugendschutz Baden-Württemberg. In Zusammenarbeit mit der Kath. Erwachsenenbildung Böblingen und dem Elternforum Weil der Stadt.

Henrik Blaich
Do, 26.11.2015, 19:30 Uhr
Klösterle Weil der Stadt
7,00 € (Abendkasse)

216252C *Wochenende*
Familienaufstellungen
In Familien sind Ordnungen und Bindungskräfte wirksam, die unser Leben sowohl positiv als auch negativ bestimmen können.
Nach einem kurzen Einführungsvortrag über die grundlegenden Dynamiken werden 1-2 Familienaufstellungen durchgeführt, bei denen die Familienmitglieder durch Gruppenteilnehmer vertreten werden. Dadurch können Verstrickungen ans Licht kommen und Lösungen aufgezeigt werden. (Durch die Teilnahme besteht kein Anspruch auf eine Aufstellung.)
Für die Stellvertreter wird das erstaunliche Phänomen erlebbar, dass man in einer Aufstellung die Gefühle der betroffenen Familienmitglieder wahrnehmen kann. Darüber hinaus kann man selbst tiefe Erfahrungen machen, die eigene Verstrickungen betreffen.

Gerd Urban
Sa, 14.11.2015, 14:00-17:00 Uhr
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, Giebelzimmer
14,00 € (keine Ermäßigung)

Literatur/Musik

234252C *vormittags*
Literaturkurs am Vormittag
Haben Sie Lust auf Literatur und Gespräche über verschiedene Bücher? Dann besuchen Sie den Literaturkurs in Weil der Stadt. Am 1. Kurstag werden wir ein Werk der amerikanischen Schriftstellerin Toni Morrison (Nobelpreis 1993) lesen: „Heimkehr". Die Titel für den 2. und 3. Termin werden am 1. Kurstermin besprochen.

Anette Ochsenwadel M.A.
Mo, 16.11./07.12.2015 /18.01.2016
jeweils 09:30-11:00 Uhr
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, Giebelzimmer
18,00 € (keine Ermäßigung)

236052C
Ihre Stimme ist Ihre Visitenkarte
Wenn Sie
- vermeiden wollen, dass es Ihnen „die Stimme verschlägt",
- nicht wollen, dass Sie heiser werden, sobald Sie länger sprechen,
- sich mehr Gehör verschaffen wollen durch eine kräftigere Stimme,
- klangvoller sprechen und singen wollen,
- Heiserkeit und Stimmlosigkeit entgegenwirken wollen,

dann sollten Sie dieses Stimmtraining machen!
Lernen Sie Möglichkeiten kennen, die Stimmqualität zu verbessern und sich ein Leben lang eine ausdrucksstarke, gesunde und klangvolle Sing- und Sprechstimme zu erhalten.
Mit gezielten und spielerischen Übungen werden die Körperfunktionen für Atmen, Singen und Sprechen verbessert, gestärkt und gekräftigt.
Ein Fortsetzungskurs zur Vertiefung ist ab dem 25.02.2016 geplant.

Deborah Barth
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
5 mal ab Do, 14.01.2016
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, Großer Saal
49,00 € (keine Ermäßigung)

Kids kreativ! (4-10 Jahre)

250352CK *Ferienkurs*
Abenteuer Naturwerkstatt (6-10 Jahre)
Viele Schätze liegen oft am Wegesrand. Hier könnt ihr entdecken, was daraus alles entstehen kann! Wir werden Tiere aus Lehm formen, Federn zum Fliegen bringen, Malfarben selbst aus Pflanzen herstellen. Das und noch viel mehr wollen wir in diesen Tagen gemeinsam erleben. Materialkosten von 3 € für Papier, Gummi Arabicum, Lehm und gesammelte Naturmaterialien werden im Kurs eingesammelt.

Anna Gruber-Schmälzle
Mo-Mi, 02.-04.11.2015
jeweils 09:00-12:30 Uhr
Spital Weil der Stadt, Raum 1
37,00 €

250452CK *Wochenende*
Nikolausstiefel aus Filz (ab 4 Jahre)
Filzkurs für Kinder zu Nikolaus
In diesem Kurs können die Begleitpersonen wie Mama, Papa, Oma, Opa etc. gemeinsam mit den Kindern einen ganz persönlichen, einzigartigen Nikolausstiefel herstellen. Damit es nicht langweilig wird, gibt es auch noch eine passende Geschichte dazu.
Bitte mitbringen: 1 Rührschüssel, 2-3 alte Frotteehandtücher, Vesper und Getränk.
Die Materialkosten (ca. 5 €) werden im Kurs eingesammelt.
Achtung: **Für jedes angemeldete Kind ist eine erwachsene Begleitperson unbedingt erforderlich! Bitte nur das Kind anmelden.**

Ursula Jarawan
Sa, 28.11.2015, 09:00-12:30 Uhr
Rathaus Münklingen, Sitzungszimmer
15,00 € (keine Ermäßigung)

Kreativität: Kunsthandwerk / Malerei

250552C
Ikebana - die japanische Blumenkunst
für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Der Herbst mit seinen leuchtenden Farben ist eine besonders schöne Zeit, um mit Ikebana zu beginnen. Die Schönheit der Natur, z.B. eines einzelnen Zweiges mit wenigen Blüten, wird ausdrucksvoll und ästhetisch zur Geltung gebracht - eine Bereicherung für jeden Wohnraum! Entdecken Sie vielfältige und ganz persönliche Gestaltungsmöglichkeiten. Sie lernen zunächst die Grundformen der Stuttgarter-Ikebana-Schule kennen, darauf aufbauend folgt später die freie Gestaltung.
Bitte mitbringen: Blumenschere, flache Schale (25-30 cm Durchmesser) und falls vorhanden: Steckigel.
Anfänger/innen: Blumenigel, Zweige und Blumen für den ersten Kurstermin werden von der Kursleiterin besorgt und verrechnet. Fortgeschrittene bringen eigenes Material mit.

Hannelore Märtner
mittwochs, 19:30-21:00 Uhr
6 mal ab Mi, 07.10.2015
Schulzentrum Weil der Stadt, Raum 300
35,00 €

250652C *Wochenende*
Kreatives Filzen
Ein Filzkurs für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren, für Anfänger und Fortgeschrittene und solche, die die Filztechnik einmal kennenlernen möchten
Jeder Teilnehmer hat die Möglichkeit, aus bunter, ungesponnener Schafwolle und warmem Seifenschaum oder mit der Hilfe einer Filznadel kreativ zu experimentieren und verschiedene Filztechniken auszuprobieren. Entstehen können entsprechend der Jahreszeit Windlichter, Tiere, Figuren, Obst und Gemüse, Kürbisse, Lichterketten, Nikoläuse, Nikolausstiefel usw. Gerne werden auch eigene Filzwünsche erfüllt. Der Erfolg wird garantiert. Die Materialkosten richten sich nach dem Verbrauch und werden im Kurs abgerechnet (ca. 3-10 €).
Bitte mitbringen: 1 Plastikschüssel, 2-3 alte Frotteehandtücher.

Ursula Jarawan
Sa, 10.10.2015, 10:00-16:00 Uhr
Rathaus Münklingen, Sitzungszimmer
27,00 € (keine Ermäßigung)

250752C
Grund- und Aufbaukurs Acrylmalerei
Es werden Grundtechniken der Acrylmalerei vermittelt. Beim Experimentieren mit Farben entstehen Kompositionen, aus denen eigene Bildideen und Ausdrucksformen - abstrakt oder figurativ - entwickelt werden können. Einsteiger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen herzlich willkommen.
Bitte bringen Sie vorhandenes Malmaterial und auch gerne ihre unvollendeten Arbeiten mit.

Annette Rappold
mittwochs, 18:30-21:00 Uhr
5 mal ab Mi, 14.10.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 1
56,00 € (keine Ermäßigung)

250852C *Wochenende*
Stulpen und Schals aus Nunofilz
handgefilzt, hauchdünn und doch robust
Hauchdünne Chiffonseide oder andere durchlässige Stoffe werden mit einer dünnen Schicht feiner Merinowolle befilzt. Durch das Schrumpfen der Wolle zieht sich die Seide zusammen und es entstehen interessante Strukturen und Objekte. Sie haben die Möglichkeit sich ganz individuelle Stulpen oder einen edlen Schal zu filzen - ganzjährig tragbar und schick aussehend. Materialkosten: (Seide ca. 10 €, Wolle ca. 5 €) werden im Kurs verrechnet. Wer Seide über die Kursleiterin beziehen möchte, sollte sich mindestens 1 Woche vorher mit ihr in Verbindung setzen (07021 2197).
Bitte mitbringen: 1 Rührschüssel, 2 Handtücher, 1 Duschtuch (für die Schals).

Ursula Jarawan
Sa, 14.11.2015, 10:00-16:00 Uhr
Rathaus Münklingen, Sitzungszimmer
27,00 € (keine Ermäßigung)



250952C
Freie Malerei: Großformat
Am ersten Tag werden zunächst großformatige Leinwände (120x100) selbst hergestellt. Am Folgetag werden Bildkompositionen entwickelt, die aus dem Bauch kommen, um schwungvolle Umsetzungen von Farben und Formen auf die Leinwand zu bringen. Keilrahmleisten ca. 15 € und Gewebe ca. 6 € sind bei der Kursleiterin erhältlich.
Bitte vorhandene Materialien (Farben, Pinsel, Spachtel, Palette, usw.) mitbringen.

Annette Rappold
Fr, 15.01.2016, 18:00-21:00 Uhr
Sa, 16.01.2016, 10:00-17:00 Uhr
Spital Weil der Stadt, Raum 1
46,00 € (keine Ermäßigung)

251052C *Wochenende*
Blumen - Schmuck - Accessoires aus Filz
für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahre
Der Sommer macht Lust auf Farbe. In diesem Kurs kann man tolle Blumen, Ketten, Broschen, Ringe u.a. Accessoires filzen und somit die Garderobe ganz individuell verschönern oder Ihrer Wohnung entsprechend dekorieren. Materialkosten: ca. 5-8 € werden je nach Verbrauch im Kurs eingesammelt. Bei speziellen Filzwünschen bitte vorher die Kursleiterin kontaktieren (07021 2197). Bitte mitbringen: 1 Plastikschüssel, 2-3 Handtücher.

Ursula Jarawan
Sa, 23.01.2016, 10:00-16:00 Uhr
Rathaus Münklingen, Sitzungszimmer
27,00 € (keine Ermäßigung)

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

Weil der Stadt

Essen und Trinken



*** Wichtige Hinweise für alle Koch- und Backkurse**
Zusammen mit dem Kurspreis wird ein **Abschlag auf die Lebensmittelkosten** abgebucht, der neben dem Kurspreis ausgewiesen ist. Auf diesen Abschlag gibt es **keine Ermäßigung!**
Die genaue Abrechnung erfolgt im Kurs. Wenn Sie von einem Kurs zurücktreten, müssen Sie sich fristgerecht (7 bzw. 10 Tage vor Kursbeginn) bei der vhs-Geschäftsstelle abmelden, andernfalls werden der Kurspreis **und** die ausgewiesenen Lebensmittelkosten von Ihrem Konto abgebucht.
Bitte bringen Sie zu allen Kursen folgendes mit: **Hand und Geschirrtuch,** Schürze, Topflappen und Behälter für Kostproben, **Mineralwasser.**
Da die Volkshochschule **nur Gast in den Schulküchen** ist, bitten wir Sie, die Räume sauber und aufgeräumt zu hinterlassen.

275152C *Wochenende*
Männerkochkurs
Men's cooking
„Kochen ist Frauensache", „Kochen ist stressig", „Kochen ist langweilig" - stimmten Sie bisher einer oder sogar allen Aussagen zu, dann werden Sie nach diesem Kochkurs anderer Meinung sein. In geselliger Runde lernen Anfänger die Kunst des Kochens kennen, aber auch fortgeschrittene Köche kommen auf ihre Kosten. Und dies alles ohne die kritischen Blicke von geübten Hausfrauen.

Sabine Keller-Epple
Sa, 16.01.2016, 10:00-13:30 Uhr
Grund- u. Werkrealschule Merklingen
27,00 € (inkl. 11,00 € Lebensmittelkosten*)



275352C
Indisches Fingerfood
Lassen Sie sich überraschen, was sich hinter Zwiebel Bhajia, Samosas, Paneer ka Tikka, Amritsari Fish Pakora, Hühner-Kababs verbirgt. Auch Schleckermäulchen sollen nicht zu kurz kommen, für sie gibt es Besan Barfi und Mandel-Schnitten. Alles was Sie hier kennen lernen, können sie leicht zu Hause selbst kochen.

Jaswinder Kaur Mann
Do, 15.10.2015, 18:00-21:30 Uhr
Grund- u. Werkrealschule Merklingen, Schulküche
26,00 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten*)

Medizin/Gesundheitsvorsorge

295152CV *Vortrag*
Altern ohne Alzheimer? Der Alzheimer Demenz auf der Spur
Die Alzheimer Erkrankung beginnt mit Veränderungen im Gehirn viele Jahre, wenn nicht gar Jahrzehnte, bevor die ersten klinischen Symptome auftreten. Was kennzeichnet diese Veränderungen und woher kommen sie? Die heutigen Forschungsansätze zeigen, dass eine Alzheimer-Therapie umso effektiver zu sein scheint, je früher sie eingreift. Deshalb ist es wichtig, die Krankheit so früh wie möglich zu erkennen. Der größte Risikofaktor für die Erkrankung ist das Altern. Aber auch die Art und Weise, wie wir unser Leben führen, scheint ein wichtiger Faktor zu sein, der beeinflusst, ob und wann wir erkranken. Der Leiter des Tübinger Hertie-Instituts für Klinische Hirnforschung, Professor Mathias Jucker beleuchtet den aktuellen Forschungsstand zu dem komplexen Thema, zeigt dabei aber auch Schwierigkeiten und Grenzen auf. Im Rahmen der Weil der Städter Seniorentage.

Prof. Dr. Mathias Jucker
Do, 12.11.2015, 19:30 Uhr
Klösterle Weil der Stadt
6,00 € (Abendkasse)

295252CV *Vortrag*
Lactose-, Fructose-, Histamin-Intoleranz
„Durchfall, Blähungen, Bauchkrämpfe" werden oft als Reizdarm abgetan. Doch diese Symptome stehen u.a. auch für Lactose-, Fructose- oder Histamin-Intoleranz. Die Ernährungswissenschaftlerin Stefanie Zinser zeigt an diesem Abend die einzelnen Unverträglichkeiten auf und gibt Tipps und Hilfestellungen wie Sie damit schmerzfrei leben können.

Stefanie Zinser
Do, 15.10.2015, 18:00-20:00 Uhr
Emil-Haag-Begegnungsstätte Weil der Stadt, E.-Haag-Saal
6,00 € (Abendkasse)

295352C *Wochenende*
Hilfe zur Selbsthilfe für die Augen
Dieses Seminar ist geeignet für Jugendliche und Erwachsene, insbesondere für Personen, die viele Stunden am Tag am Bildschirm arbeiten.
Sie lernen: Richtiges Sitzen beim Lesen am Bildschirm, Schulter- und Nackenentspannungsübungen, Akupressur rund um die Augen, Entspannungsübungen für die Augen (aus dem Yoga und der Kinesiologie). Das Skript mit Übungen (2 €) kann im Kurs erworben werden.

Maria Hummel
Fr, 20.11.2015, 18:00-21:00 Uhr
Spital Weil der Stadt, Raum 3
14,00 €

Fernöstliche Entspannungsmethode



Qigong - Anfänger/-innen
Schnupperstunde
Diese langsamen, konzentrierten und sanften Bewegungsformen wirken gegen Stress und Verspannungen, vertiefen die Atmung, geben Sicherheit beim Gehen und wirken regulierend bei Haltungsproblemen. Qigong beeinflusst alle Funktionen des menschlichen Körpers positiv und harmonisierend. Es ist Bewegungsmeditation, Atemübung und Heilgymnastik in einem. Vermittelt wird das Lehrsystem „Qigong Yangsheng" von Prof. Yiao Guorui. Bitte Matten mitbringen.

Silja Schwarz-Weltz
Do, 01.10.2015, 20:20-21:20 Uhr
Haus Michael Seniorenzentrum Merklingen
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

Viele gesetzliche Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie ihren Versicherten bezuschussen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung zu einem vhs-Kurs!
Nach Kursende können Sie von uns bei entsprechender Teilnahme eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten. Sie erhalten diese bei Abholung kostenlos oder gegen Gebühr bei Zusendung.

An Kursen, die mit „T" und diesem Logo GEMEINSAM AKTIV KURS gekennzeichnet sind können Versicherte der AOK – Die Gesundheitskasse Stuttgart-Böblingen kostenfrei teilnehmen, sofern uns ein entsprechender Gutschein bei der Anmeldung vorgelegt. wird.

Qigong
Seit Jahrhunderten werden in China diese langsamen, konzentrierten und sanften Bewegungsformen von Menschen jeden Alters ausgeübt. Diese Übungen berücksichtigen die Einheit von Körper und Geist und stärken Konzentration und Achtsamkeit in Beruf und Alltag ebenso wie die Gesundheit des ganzen Körpers. Sie wirken gegen Stress und Verspannungen, vertiefen die Atmung und wirken regulierend bei Haltungsproblemen. Die Funktionen der inneren Organe werden insgesamt ausgeglichener. Qigong ist Bewegungsmeditation, Atemübung und Heilgymnastik in einem.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Isomatte oder Decke.

296252CT 
Anfänger/-innen
Silja Schwarz-Weltz
donnerstags, 20:20-21:20 Uhr
10 mal ab Do, 15.10.2015
Haus Michael Seniorenzentrum Merklingen
44,00 €

296352CT 
Aufbaukurs
Silja Schwarz-Weltz
donnerstags, 18:45-20:15 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Haus Michael Seniorenzentrum Merklingen
87,00 €



Mit Yoga in die Woche
Menschen finden durch Yoga, zu tieferem Bewusstsein, zu sich selbst und zu größerer Achtsamkeit. Frei von Leistungsdenken erleben wir Körper, Geist und Seele auf neue Weise. Neben Körperübungen (Asanas) und dem Umgang mit dem Atem (Pranayama) lernen wir Meditaionsübungen kennen.

Durch die Übungen wird Stress abgebaut und die eigene Energie und Vitalität erhöht. Körpersysteme werden aktiviert. Yoga ist ein innerer Zustand von Harmonie und Ruhe sowie Quelle ewiger Kraft und Freude. Dabei werden wir gestärkt den Lebensalltag mit seinen vielfältigen Herausforderungen positiv anzunehmen und zu gestalten. Der Kurs ist für Anfänger/-innen aller Altersstufen geeignet. Bitte mitbringen: eine Decke, Meditationskissen oder ähnliches Kissen.

Schnuppertermin
Carola Storbeck
Mo, 05.10.2015, 09:00-10:15 Uhr
Physiotherapie-Praxis „Körperwerk" Merklingen, Gymnastikraum
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

296652CT  *vormittags*
Kurs
Carola Storbeck
montags, 09:00-10:15 Uhr
10 mal ab Mo, 19.10.2015
Physiotherapie-Praxis „Körperwerk" Merklingen, Gymnastikraum
70,00 € (keine Ermäßigung)



Hatha-Yoga
für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Yoga bietet die Möglichkeit, den Körper durch konzentriertes Üben und bewusstes Atmen elastisch und gesund zu erhalten. Die dabei angewandten Entspannungsmethoden lösen körperliche und geistige Verspannungen und führen zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Bitte mitbringen: dicke Decke, warme bequeme Kleidung, Wollsocken. Vor dem Unterricht keine üppige Mahlzeit.

296752CT 
Barbara Brand
dienstags, 18:30-19:30 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
Emil-Haag-Begegnungsstätte
Weil der Stadt
50,00 €

296852CT 
Barbara Brand
dienstags, 19:35-20:35 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
Emil-Haag-Begegnungsstätte
Weil der Stadt
50,00 €

296952CT
Yoga für einen gesunden Rücken
Yoga ist ein Jahrtausende alter ganzheitlicher Übungsweg - eine kraftvolle und tief regenerierende Methode, um die Lebensenergie ins Gleichgewicht zu bringen. Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen der Rücken und die Wirbelsäule. Durch gezielte Übungen lernen wir, Aufmerksamkeit in den Rücken zu lenken, die Haltung positiv zu verändern, die Wirbelsäule zu mobilisieren, die Rückenmuskulatur zu dehnen und zu kräftigen. Wir werden Körperbewegungen mit dem Fließen des Atems verbinden. Dadurch können sich Spannungen lösen. Zugleich kann ein Zustand tiefer Entspannung und innerer Ruhe entstehen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Unterlage und ein kleines, festes Kissen.

Christine Scheithe-Gerstenmaier
mittwochs, 09:00-10:15 Uhr
12 mal ab Mi, 30.09.2015
Kath. Gemeindehaus Merklingen
72,00 €

297052CT *vormittags*
Yoga für Senioren
In diesem Kurs wird eine sanfte Form von Yoga angeboten, die auch für Ungeübte und für Menschen mit körperlichen Einschränkungen praktizierbar ist, sofern von ärztlicher Seite keine Einwände erhoben werden. Durch den schrittweisen Aufbau können nach und nach auch anspruchsvolle Yoga-Haltungen ausgeführt werden. Die Atemübungen führen zu einem ruhigen und gleichmäßigen Atem und als Folge davon kehrt auch Ruhe ein in unseren Geist. Entspannungsübungen helfen zusätzlich, Abstand zu gewinnen und neu aufzutanken. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Unterlage und ein kleines, festes Kissen.

Christine Scheithe-Gerstenmaier
mittwochs, 10:30-11:45 Uhr
12 mal ab Mi, 30.09.2015
Kath. Gemeindehaus Merklingen
72,00 €

297152CT 
In der Ruhe liegt die Kraft
Nach einem anspruchsvollen Arbeitstag endlich abschalten können.
Sich selbst Zeit schenken, zur Ruhe kommen, entspannen und die Selbstheilungskräfte aktivieren ist das Ziel jeder Meditation. Das Training der Achtsamkeit führt zu mehr Offenheit für die direkte Erfahrung des Augenblicks und zu einem tieferen Verständnis für unser Selbst. Wir können das Leben bewusster erleben, weniger mechanisch und getrieben - einfach mehr Lebensfreude erfahren. Achtsamkeitsübungen aus der stillen und bewegten Meditationspraxis ermöglichen über Fokussierung und wertfreie Beobachtung ein tieferes Erleben des eigenen Handelns. Geübt werden Entspannungs- und Körperübungen aus dem Qigong und der Achtsamkeitspraxis. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Isomatte, Decke und Kissen.

Simone Scharenberg
donnerstags, 19:00-20:00 Uhr
10 mal ab Do, 08.10.2015
Ev. Gemeindehaus Schafhausen, Giebelzimmer
44,00 €

297252C *Wochenende*
Dem Stress des Alltags entfliehen und loslassen
Yoga und Entspannung
Dauerhafter Stress und innere Unruhe können krank machen. Dem kann jedoch entgegengewirkt werden. Wichtig hierbei sind die Selbstwahrnehmung und das Vertrauen in das eigene Ich. Dabei können Yoga und Meditation/Entspannung helfen. Durch leichte Körperübungen aus dem Yoga lernen wir, unseren Körper zu spüren, anzuspannen und zu entspannen, die eigenen Grenzen zu erkennen. Der Körper wird beweglicher und stabiler. Der Atem hat dabei eine unterstützende Aufgabe und eine positive Wirkung. Eine geführte Traumreise/Meditation untermalt von verschiedenen Klängen von Klangschalen hilft, sich tief zu entspannen und alles hinter sich zu lassen.
Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, warme Decke, Kissen, Wollsocken, Getränk (bitte ca. eine Stunde vorher nichts mehr essen).

Birgit Ketter
Sa, 23.01.2016, 14:30-17:30 Uhr
Emil-Haag-Begegnungsstätte
Weil der Stadt, E.-Haag-Saal
13,00 €

Medizinische Gymnastik/ Seniorengymnastik

311052C *für Frauen*
Funktionelles Beckenbodentraining
Ein kräftiger und gesunder Beckenboden bietet allen inneren Organen „Halt". Durch gezielte Fitness-, Entspannungs- und Atemübungen erreichen Sie eine gute Haltung, ein verbessertes Körpergefühl und eine Kräftigung des Beckenbodens, um gesundheitlichen Beeinträchtigungen, wie z. B. Inkontinenz, entgegenzuwirken. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Kissen, Handtuch.

Anke Immler
donnerstags, 18:00-19:00 Uhr
10 mal ab Do, 01.10.2015
Physiotherapie-Praxis „Körperwerk", Merklingen, Gymnastikraum
59,00 € (keine Ermäßigung)

333752CS *vormittags*
Wirbelsäulengymnastik
für Senioren/Seniorinnen 65+
Gezielte krankengymnastisch orientierte Dehn- und Kräftigungsübungen gleichen Bewegungsmangel und Fehlbelastungen aus. Übungen zur Körperwahrnehmung und Entspannung können helfen, Bewegungseinschränkungen vorzubeugen und unser seelisches Wohlbefinden zu steigern. Zudem erhalten Sie auch Tipps zum Gelenkschutz und rückenschonenden Alltagsverhalten. **Der Kurs ist für ältere Teilnehmer/innen geeignet.** Bitte sprechen Sie aber die Teilnahme mit dem Arzt ab.

Sigrid Klauser
freitags, 09:35-10:35 Uhr
12 mal ab Fr, 09.10.2015
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, großer Saal
55,00 €

Gymnastik/Fitness

333652C *vormittags*
Rückenfit
Einseitige Belastung im Beruf oder zu Hause verursacht oftmals lästige Rückenbeschwerden. Ein aktives Rückentraining führt zur Verbesserung der Körperhaltung und der gesamten Rückenmuskulatur. Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen gezielte Dehn- und Kräftigungsübungen der Rumpfmuskulatur, die innerhalb kurzer Zeit zu einer Stabilisierung der Wirbelsäule führen und vor Rückenschmerzen schützen. Bitte Getränk und Handtuch mitbringen!

Sigrid Klauser
freitags, 08:30-09:30 Uhr
14 mal ab Fr, 02.10.2015
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, großer Saal
58,00 €

Weil der Stadt



Fitness-Mix
Kräftigung und Entspannung

Wer möchte es nicht? Einen durchtrainierten Körper, Ausdauer, Kraft und Koordination? Vielleicht ein paar Pfunde verlieren? Ruhe und Entspannung finden durch gezielte Techniken? Ganz klassisch beginnen die Übungsstunden mit einem fetzigen Warm- Up, damit sich das Herz-Kreislaufsystem auf die anschließende funktionelle Gymnastik einstellen kann. Dabei bleiben wir immer im aeroben Bereich des Trainings und verbessern so unsere Ausdauer. Spezielle Übungen trainieren gezielte Körperpartien um diese zu formen und eine Verbesserung der Beweglichkeit zu erlangen. Zum Ausklang der Stunde gönnen wir uns ein wenig Entspannung durch Atemübungen, Fantasiereisen oder Massagen.

333852C *für Frauen*
Rosemarie Herrmann
montags, 18:00-19:00 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Stadthalle Weil der Stadt, Halle
58,00 €

333952C *für Frauen*
Rosemarie Herrmann
montags, 19:00-20:00 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Stadthalle Weil der Stadt, Halle
58,00 €

334052C
Fitness-Mix
Muskel-Power-Mix für BBP & Rücken

Durch gezielte Kraftübungen mit und ohne Kleingeräte, sowie Koordinations- und Ausdauereinheiten kommen Sie ihrem Ziel, fit und energiegeladen zu werden, mit viel Spaß schnell näher. Mobilisationsübungen und Stretching runden die Stunde ab.

Katharina Geismar
montags, 20:05-21:15 Uhr
12 mal ab Mo, 05.10.2015
Stadthalle Weil der Stadt, Bühne
58,00 €

Brain-Fitness
Denkend bewegen & bewegt denken!

Das Training besteht aus einer Kombination von Bewegung und Nachdenken, wodurch neue Nervenbahnen im Gehirn gebildet werden und Ihr Körper so richtig schön in Schwung kommt. Eingefahrene Trampelpfade werden zu Datenautobahnen erweitert. Das Training ist körperlich und geistig anstrengend, macht aber gleichzeitig unheimlich viel Spaß! Schwitzen und Lachen garantiert! Bringen Sie Ihr Denkorgan und Ihren Körper in Schwung!

Schnupperstunde
N.N.
Mo, 19.10.2015, 19:00-20:00 Uhr
Stadthalle Weil der Stadt, Halle
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

334252C
N.N.
montags, 19:00-20:00 Uhr
8 mal ab Mo, 09.11.2015
Stadthalle Weil der Stadt, Halle
39,00 €

Aerobic/Stepaerobic *für Frauen*
für Anfänger und Fortgeschrittene

Ohne Diät und trotzdem mit viel Spaß zur Wunschfigur? Aerobic-Grundschritte werden mit motivierender Musik zu einer einfachen Choreographie zusammengesetzt. Mit Freude an der Bewegung rücken Sie Ihren Fettdepots so richtig zu Leibe, gleichzeitig verbessern Sie Haltung und Körperspannung, bauen Kondition auf, trainieren Koordinationsfähigkeit und Rhythmusgefühl. Ihre allgemeine Fitness und Ausdauer steigern Sie schon nach kurzer Zeit. Im zweiwöchigen Rhythmus wechseln wir zwischen Aerobic und Stepaerobic ab.

Schnupperstunde
Ulrike Ilg
Di, 29.09.2015, 19:00-20:00 Uhr
Physiotherapie-Praxis „Körperwerk" Merklingen, Gymnastikraum
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

334352C
Ulrike Ilg
dienstags, 19:00-20:00 Uhr
14 mal ab Di, 06.10.2015
Physiotherapie-Praxis „Körperwerk" Merklingen, Gymnastikraum
80,00 € (keine Ermäßigung)



Bodystyling *für Frauen*
Bauch, Beine, Po und Rückenfitness für Anfänger und Fortgeschrittene

Wollen Sie etwas für Ihre Figur tun, die Proportionen verändern und den Körper straffen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Nach einer Aufwärmphase trainieren Sie mit gezielten Übungen wirbelsäulengerecht, gelenkschonend und effizient alle Muskelgruppen. Gleichzeitig stärken Sie Ihren Rücken und verbessern dadurch Ihre Haltung. Mit diesem ganzheitlichen Training wird Ihr Körpergefühl und Erscheinungsbild verbessert. Angenehmes Dehnen und Loslassen am Schluss runden das Programm auf sanfte Weise ab.

Schnupperstunde
Ulrike Ilg
Di, 29.09.2015, 20:05-21:05 Uhr
Physiotherapie-Praxis „Körperwerk" Merklingen, Gymnastikraum
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

334452C 

Ulrike Ilg
dienstags, 20:05-21:05 Uhr
14 mal ab Di, 06.10.2015
Physiotherapie-Praxis „Körperwerk" Merklingen, Gymnastikraum
80,00 € (keine Ermäßigung)

Gesundheit durch Fitness, Spaß und Entspannung

Wir beginnen diesen Kurs jeweils mit einem Aerobic-Teil. Zum Rhythmus der Musik folgen Übungen zur Beweglichkeit, Kraft sowie zur Schulung unserer Koordination. Unseren gemeinsamen Schwung genießen wir in Kreistänzen aus aller Welt bzw. zu modernen Tanzschritten. Ausklingend kommen wir in Entspannungsübungen wieder zur Ruhe.

334552C  *vormittags*

Martina Roggendorff-Langner
donnerstags, 09:10-10:25 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, gr. Saal
74,00 €

334652C  *vormittags*

Martina Roggendorff-Langner
donnerstags, 10:30-11:45 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, gr. Saal
74,00 €

Pilates

Im Trainingsprogramm von Joseph Pilates steht der ganzheitliche Ansatz, der Körper und Geist gleichermaßen fordert, im Vordergrund. Die Basis der Übungen bildet die aktive Körpermitte, verbunden mit einer präzisen Übungsausführung und unter Einsatz der Atemkontrolle.Es ist eine sanfte und zugleich auch dynamische Fitnessmethode um mehr Muskelkraft, eine verbesserte Körperhaltung, eine flexiblere Muskulatur sowie eine erhöhte Konzentration zu erreichen. Pilates bietet eine harmonische Verbindung von bewusst ausgeführten Bewegungen und aktiver Entspannung, sensibilisiert die Körperwahrnehmung und vertieft das Körperbewusstsein. Diese Trainingsmethode ist hervorragend zum Stressabbau und **für alle Altersstufen optimal geeignet.** Bitte Matte mitbringen.

Schnupperstunde
Manuela Daunhauer
Mi, 30.09.2015, 19:30-20:15 Uhr
Turn- und Festhalle Schafhausen
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

335152C 

für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen
Manuela Daunhauer
mittwochs, 19:30-20:30 Uhr
12 mal ab Mi, 14.10.2015
Turn- und Festhalle Schafhausen
49,00 €

Schnupperstunde
Sigrid Klauser
Fr, 09.10.2015, 07:30-08:15 Uhr
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, großer Saal
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

335352C *vormittags*
für Einsteiger/innen mit und ohne Vorkenntnisse
Sigrid Klauser
freitags, 07:30-08:25 Uhr
10 mal ab Fr, 16.10.2015
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, großer Saal
51,00 €

Schnupperstunde
Nadine Geiger
Fr, 02.10.2015, 09:00-10:00 Uhr
Physiotherapie-Praxis „Körperwerk“ Merklingen, Gymnastikraum
kostenfrei (keine Anmeldung erforderlich)

335552C *vormittags*
für Einsteiger/-innen mit und ohne Vorkenntnisse
Nadine Geiger
freitags, 09:00-10:00 Uhr
12 mal ab Fr, 09.10.2015
Physiotherapie-Praxis „Körperwerk“ Merklingen, Gymnastikraum
72,00 € (keine Ermäßigung)

335652C *vormittags*
für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen
Martina Roggendorff-Langner
donnerstags, 08:00-09:00 Uhr
14 mal ab Do, 01.10.2015
Ev. Gemeindehaus Weil der Stadt, gr. Saal
58,00 €

Tanz

372052C
Linedance
von Walzer bis Disco-Fox für Teilnehmer/innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen
Linedance ist eine Tanzform, bei der in „lines“, also in Reihen, **ohne Partner** getanzt wird. Die ideale Möglichkeit sich geistig und körperlich fit zu halten. Trainiert werden Kondition, Konzentration und Koordination. Die Choregraphien passen zu Schlagern, Pop- und Rockmusik. Das Tanzspektrum reicht von Walzer bis Disco Fox (Freestyle). **Für tanzfreudige Menschen aller Altersgruppen**. Bitte mitbringen: Schuhe mit Ledersohlen oder Tanzschuhe, Getränk, Schreibzeug und Papier.

Brigitte Bucher
montags, 20:35-21:35 Uhr
8 mal ab Mo, 05.10.2015
Schulzentrum Weil der Stadt, Aula
35,00 €

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.



372352C *Wochenende*
Tango Argentino
Schnupperkurs für Neugierige und Wiedereinsteiger
Der Tango Argentino begeistert auf der ganzen Welt durch seine Leidenschaft und Sinnlichkeit. Statt starrer Schrittfolgen steht bei den vielfältigen, meist spontan improvisierten Bewegungsabläufen die Harmonie im Paar im Vordergrund. Daher wird im Kurs neben den Basisfiguren auf das Führen und Folgen viel Wert gelegt und damit ein feineres Körperbewusstsein geschult. Informationen über Gelegenheiten das Erlernte anzuwenden und auszubauen runden den Kurs ab. **Tango Argentino kann altersunabhängig und ohne tänzerische Vorkenntnisse erlernt werden. Bitte melden Sie nur eine Person pro Paar an** und bringen Sie ein Getränk sowie Schuhe mit glatter Sohle oder Tanzschuhe mit.

Dieter und Christine Eberle
Sa, 16.01.2016, 15:00-18:00 Uhr
So, 17.01.2016, 10:00-13:00 Uhr
Grund- u. Werkrealschule Merklingen, Turnhalle
63,00 € (pro Paar, keine Ermäßigung)

Deutsch als Fremdsprache A 1

415052C *vormittags*
Deutsch als Fremdsprache A 1
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Berliner Platz NEU“ Band 1, ab Lektion 1

Susanne Steiger
montags und mittwochs, 08:30-10:00 Uhr
30 mal ab Mo, 28.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 3
144,00 €

415152C *vormittags*
Deutsch als Fremdsprache A 1
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Berliner Platz NEU“ Band 1, ab Lektion 6

Zdenka Hargas
dienstags und donnerstags, 08:30-10:00 Uhr
30 mal ab Di, 29.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 3
144,00 €

Bitte beachten Sie die Hinweise unter Leonberg, vhs-Sprachenschule, Seite 41. Nähere Angaben zu den Lehrbüchern finden Sie beim jeweiligen Sprachangebot in Leonberg.

Englisch A 1 (Grundstufe)



515052C *vormittags*
Refresher - Anfänger mit Vorkenntnissen
„Easy English“ Band 1, ab Lektion 1
Es ist die Sprache der Jugend, des Big Business und der Rockmusik - aber es ist auch die Sprache der Queen, Shakespeares und der großen Hollywoodfilme wie „Vom Winde verweht“. Wir beschäftigen uns in diesem Kurs mit der Weltsprache Englisch. Ohne Eile, ohne Druck, ganz easy wiederholen wir Bekanntes und lernen Interessantes dazu. Welcome to the world of English!

Zdenka Hargas
montags, 09:30-11:00 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 1
84,00 €

Englisch A 2 (Grundstufe)

515152C
Anfänger mit guten Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger
„Network Now A 2.1“, ab Lektion 4
This course is aimed at participants, who have completed English Network 1 or a corresponding basic student's book. We will revise and improve the basic grammar. This term we will talk about holidays and special days in the USA and Great Britain. Of course you are welcome to bring your own ideas. So why don't you join us?

Ulrike Kirst
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
Grund- u. Werkrealschule Merklingen, EG Raum 6
84,00 €

Ohne Eile - Anfänger mit guten Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger
Vertiefungskurs
„Key A 2“, ab Lektion 11
Mit Englisch entspannt, aber angeregt in den Tag starten - in gemütlicher Runde arbeiten wir in diesem Kurs mit „Key A2“ ab Lektion 10 und nehmen uns dabei genug Zeit, wichtige Inhalte zu wiederholen, individuelle Fragen zu beantworten und mit interessantem Zusatzmaterial zu arbeiten.

515252C *vormittags*
Kendra Sanseverino
dienstags, 08:45-10:15 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 1
84,00 €

515352C *vormittags*
Kendra Sanseverino
dienstags, 10:30-12:00 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 1
84,00 €

Englisch B 1 (Mittelstufe)

515452C
Speaking and more
„In Conversation II (B1/B2)“
The course will motivate you to speak up on issues and to exchange your views by listening to and speaking about lively and unusual topics.

Edith Speer
montags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Mo, 28.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 3
84,00 €

515552C
Fortgeschrittene - leichte Konversation
„English Network Basic Conversation“
Hier lernen Sie im Alltag an Gesprächen teilzunehmen, mit Ihrer Meinung und Ihren Kommentaren, zum Tagesablauf, Lebensweise, Urlaubsplanung u.v.a. Come and join us! It's fun.

Edith Speer
mittwochs, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 3
84,00 €

Weil der Stadt

515652C
Brush up your English - Auffrischungskurs
If you want to refresh your English this course will give you the chance to increase your general vocabulary and revise the basic aspects of grammar. You will be able to take part in interesting discussions about current topics of the English speaking world. Why don't you join us?!

Graham Ruxton
donnerstags, 19:30-21:00 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
Grund- u. Werkrealschule Merklingen, Zimmer 5
84,00 €

Englisch B 2 (Aufbaustufe)

515752C
English Conversation
Come and participate in lively discussions on a great variety of exciting topics based on the English-language media while at the same time enriching your vocabulary. Grammatical points are reviewed whenever desirable. The material is free of charge.

Edith Speer
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 3
84,00 €

Französisch A 1 (Grundstufe)

535152C
Anfänger mit Vorkenntnissen
„Couleurs de France NEU" Band 1, ab Lektion 10

Claudine Leifeld
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 1
84,00 €

Französisch A 2/B 1 (Grund-, Mittelstufe)

535452C
Auch für Wiedereinsteiger
„Couleurs de France NEU" Band 3, ab Lektion 1

Monique Fritzsche
mittwochs, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 3
84,00 €

Französisch C 1 (Aufbaustufe)

535552C *vormittags*
Conversation
Venez discuter sur des thèmes variés, lire la presse ou des auteurs actuels, écouter des chansons - Élargissons notre vocabulaire et révisons certaines structures. Allez-y!

Monique Fritzsche
mittwochs, 10:15-11:45 Uhr
15 mal ab Mi, 30.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 1
84,00 €

Italienisch A 1 (Grundstufe)

550852C
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Allegro A 1" ab Lektion 1

Claudia Friscia
donnerstags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Do, 01.10.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 1
93,00 € (Kleingruppe; keine Ermäßigung)

550952C
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Allegro A 1" ab Lektion 7

Andrea Friedrich
montags, 18:15-19:45 Uhr
12 mal ab Mo, 28.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 1
68,00 €

551052C
Anfänger mit Vorkenntnissen
„Allegro A 2" ab Lektion 1 sowie sonstige Lektüre, die im Kurs bekannt gegeben wird.

Andrea Friedrich
montags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Mo, 28.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 1
93,00 € (Kleingruppe; keine Ermäßigung)



Spanisch A 1 (Grundstufe)

575052C *Wochenende*
Spanisch für die Reise - Anfänger OHNE Vorkenntnisse
Sie haben eine Reise in ein Spanisch sprechendes Land gebucht und haben noch keine Grundkenntnisse? In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit die Sprache zu lernen, um im Ausland mit einfachen Mittel zurechtzukommen. Wir beschäftigen uns mit den wichtigsten touristischen Alltagssituationen wie Zimmer buchen, Taxi rufen, Essen bestellen oder Auto mieten.
Das Unterrichtsmaterial erhalten Sie gegen eine Kopiergebühr von 8,50 €.

Erika Brändle
Fr, 23./30.10.2015, 18:15-21:15 Uhr
Sa, 24./31.10.2015, 09:00-12:00 Uhr
Spital Weil der Stadt, Raum 2
45,00 €

575152C
Anfänger OHNE Vorkenntnisse
„Con gusto A 1", ab Lektion 1

Erika Brändle
dienstags, 18:15-19:45 Uhr
15 mal ab Di, 29.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 2
84,00 €

575252C
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Con gusto A 1", ab Lektion 8

Erika Brändle
donnerstags, 20:00-21:30 Uhr
15 mal ab Do, 01.10.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 2
84,00 €

575352C
Anfänger mit Vorkenntnissen
„Con gusto A 1", ab Lektion 9

Erika Brändle
donnerstags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Do, 01.10.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 2
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

575452C
Anfänger mit Vorkenntnissen
„Caminos NEU" Band 1, ab Lektion 12

Erika Brändle
montags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Mo, 28.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 2
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Spanisch A 2 (Grundstufe)



575552C
Anfänger mit guten Vorkenntnissen
„Caminos NEU" Band 2, ab Lektion 5

Erika Brändle
montags, 18:15-19:45 Uhr
11 mal ab Mo, 28.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 2
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Spanisch B 1 (Mittelstufe)

575652C
Fortgeschrittene
„Caminos NEU" Band 3, ab Lektion 5

Erika Brändle
dienstags, 20:00-21:30 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
Spital Weil der Stadt, Raum 2
93,00 € (Kleingruppe, keine Ermäßigung)

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

Arbeit/Beruf



610552C
Wochenende

Zeige Dich von Deiner Schokoladenseite

Umgangsformen im Alltag und Beruf

Respekt, Wertschätzung und gute Manieren gehören zu unserer Kultur. Gepflegte Umgangsformen sind heute wichtiger denn je. Denn gute Verkäufer, exzellente Berater und rücksichtsvolle Kollegen sind gefragt und verdienen sich so wiederum den Respekt ihrer Kunden und Kollegen. Viele Betriebe suchen derzeit dringend neue Mitarbeiter und vor allem auch Auszubildende - und legen bei der Auswahl der Bewerber besonderen Wert auf gute Umgangsformen und soziale Kompetenz.

Hannelore Bostick
Sa, 17.10.2015, 10:00-17:00 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
Spital Weil der Stadt, Raum 3
42,00 € (keine Ermäßigung)

Bitte beachten Sie auch den Kurs „Männer bilden Seilschaften – Frauen Netzwerke. Ein Seminar für Frauen (Kurs-Nr. 600452L) unter Rhetorik/Kommunikation in Leonberg.

610752C

Beruf und Berufung

Wie startet mein Kind glücklich in die Zukunft?

Die Vielfalt der Berufe erschlägt einen. Der Technische Zeichner ist heute der Produktdesigner, der Maschinen- und Anlagenführer die Fachkraft für Metalltechnik. Nicht nur, dass die Bandbreite größer wird, auch die Berufe werden neu benannt. Diese Veranstaltung soll Ihnen Anleitung und Hilfestellung geben, wie Sie mit Ihrem Kind zusammen im großen „Beruf-Dschungel" Ideen für die Zeit nach der Schule finden.

Hannelore Bostick
Do, 12.11.2015, 18:00-21:00 Uhr
Spital Weil der Stadt, Raum 3
21,00 € (keine Ermäßigung)



610952C
Wochenende

Texte mediengerecht schreiben

In der Kürze liegt die Würze – bei Informationsflut und knapper Zeit bedeutet dies: präzise, dabei ansprechend und klar – so sollten Texte sein, damit sie Aufmerksamkeit erhalten, gerne gelesen und verstanden werden. Ob Pressetext, Internet, Einladung oder Korrespondenz – immer geht es darum, das Wesentliche prägnant, verständlich und anschaulich darzustellen. Sie erfahren einiges über Lese- und Nutzerverhalten und Sie schärfen Ihr Bewusstsein für Stilistik und achtsames Schreiben.

Ziel:
Professionell und informativ schreiben für unterschiedliche Einsätze

Marion Mirswa
Sa, 23.01.2016, 09:30-16:30 Uhr
inkl. 1 Std. Pause
Spital Weil der Stadt, Raum 1
48,00 € (keine Ermäßigung)

Foto

611552C
Wochenende

Einführung in die Digitalfotografie mit Spiegelreflex- oder Systemkamera

Sie fotografieren gerne, sind jedoch mit dem Ergebnis nicht immer zufrieden? Sie möchten nicht mehr nur im Automatik-Modus arbeiten, sondern endlich selbst ihr Bildergebnis bestimmen? Dann lernen Sie in Theorie und Praxis die Grundlagen der Kameratechnik sowie der kreativen Bildgestaltung. Hauptthemen sind Blende, Verschlusszeit, Empfindlichkeit (ISO), Schärfe & Schärfentiefe, Bildgestaltung. Alle Themen werden ausführlich besprochen und mit der eigenen Kamera individuell getestet und geübt. Abschließend werden die Bildergebnisse gemeinsam betrachtet und besprochen. Mitzubringen sind Spiegelreflex- oder Systemkamera (kein Fotohandy), Objektive, geladene Akkus, leere Speicherkarte, Bedienungsanleitung und Schreibzeug.

Gabriela Hausenstein
Sa, 23.01.2016, 09:00-14:30 Uhr
So, 24.01.2016, 09:00-14:30 Uhr
Do, 28.01.2016, 18:00-20:30 Uhr
Spital Weil der Stadt, Raum 3
72,00 € (keine Ermäßigung)

611752C

Der Weg zum perfekten Fotobuch oder Fotokalender

Ob Urlaubsreise, Familienfeier oder Jahresrückblick, Fotobücher und Fotokalender sind die ideale Form, die unvergesslichen Eindrücke wirkungsvoll zu präsentieren. Zum Beispiel als Weihnachtsgeschenk oder zur eigenen persönlichen Erinnerung. Lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie mit der gängigen, kostenfreien Software CEWE Ihr eigenes Fotobuch erstellen. Neben einer umfangreichen Einführung in die Technik erhalten Sie Tipps zur Bildauswahl, zu Gestaltung, Layout und Design. Mit Ihren eigenen Fotos, die Sie auf CD oder USB-Stick mitbringen (max. 100 Fotos), können Sie in diesem Workshop selbständig Ihr Fotobuch erstellen. Ideal, aber nicht Voraussetzung, ist die Mitnahme des eigenen Laptops.

Vorkenntnisse:
Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer

Gabriela Hausenstein
mittwochs, 18:00-21:45 Uhr
2 mal ab Mi, 25.11.2015
J.-Kepler-Gymn. Weil der Stadt, Raum 202
45,00 € (keine Ermäßigung)

EDV

633152C

PC-Einsteiger mit Windows 7

Wenn Sie erste Erfahrungen mit dem Computer in aller Ruhe und mit intensiver Betreuung durch den Kursleiter wagen wollen, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Lernen Sie die wichtigsten Begriffe und Handhabung des PC in ruhiger Atmosphäre kennen.

Inhalte:
Wie benutze ich den PC?
Wie verwende ich Maus und Tastatur?
Wozu braucht der PC ein Betriebssystem?
Welche Arten von Programmen gibt es und was macht man damit?
Welche Begriffe sollte ich kennen und verstehen, wenn ich mir einen PC kaufen möchte?

Vorkenntnisse:
keine

Detlef Löser
Di, 13.10.2015, Do, 15.10.2015
Di, 20.10.2015, Do, 22.10.2015
Di, 27.10.2015, Do, 29.10.2015
jeweils von 18:00-21:00 Uhr
J.-Kepler-Gymn. Weil der Stadt, Raum 202
138,00 € (inkl. Unterlagen im Wert von insgesamt 10,00 €. Auf diesen Betrag wird keine Ermäßigung gewährt).

655252C

Word Basics (Word 2010)

In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Elemente der Textverarbeitung mit MS Word 2010 kennen. Es werden die Grundkenntnisse vermittelt, um Texte in vielfältiger Art und Weise gestalten zu können. Das Einfügen von Grafiken, Linien und Rahmen ist ebenfalls Bestandteil des Kurses, wie das Arbeiten mit Tabellen. Mögliche Druckoptionen werden behandelt und am Beispiel vertieft.

Vorkenntnisse:
Erste Kenntnisse im Umgang mit dem PC

Detlef Löser
dienstags, 18:00-21:00 Uhr
3 mal ab Di, 10.11.2015
J.-Kepler-Gymn. Weil der Stadt, Raum 202
73,00 € (inkl. Unterlagen und Teilnahmebescheinigung im Wert von insgesamt 9,00 €. Auf diesen Betrag wird keine Ermäßigung gewährt).

658152C

Excel 2010 kompakt

Excel wird heute in fast jedem Büro eingesetzt. In kompakter Weise lernen Sie die Grundlagen der Tabellenkalkulation kennen.

Inhalte:
Arbeiten mit einfachen Formeln und Funktionen
Zahlen- und Textformate
Seitenlayout
Sortieren und Filtern von Listen
einfache Diagramme

Vorkenntnisse:
Grundkenntnisse am PC

Detlef Löser
mittwochs, 18:00-21:00 Uhr
3 mal ab Mi, 20.01.2016
J.-Kepler-Gymn. Weil der Stadt, Raum 202
73,00 € (inkl. Unterlagen und Teilnahmebescheinigung im Wert von insgesamt 9,00 €. Auf diesen Betrag wird keine Ermäßigung gewährt).

Kompaktkurse
Bei Kompaktkursen werden aus einem bestimmten Unterrichtsvolumen die wesentlichen Punkte herausgezogen. Die Teilnehmer lernen schwerpunktmäßig das Wesentliche unter dem Gesichtspunkt der praktischen Verwertbarkeit.

Der gewünschte Kurstermin ist nicht dabei oder der gewählte Kurs ist bereits ausgebucht? Sehen Sie bitte die EDV-Kurse in Leonberg durch oder rufen Sie uns an. Wir versuchen, eine Möglichkeit für Sie zu finden.

Weissach

Fachauskunft und Kursanmeldung nur bei der vhs-Geschäftsstelle Leonberg
Örtliche Betreuung: Anya Fohmann

Exkursion



118152DE *nachmittags*
Kulturabenteuer auf zwei Beinen und vier Pfoten
Bei diesem Spaziergang mit Ihrem Vierbeiner in und um Weissach erleben Sie ein wahres Kulturabenteuer, vorausgesetzt Ihr Liebling ist gut sozialisiert.
Sie genießen beim Rundweg um Weissach herrliche Panoramaaussichten und lernen die Kulturlandschaft des Heckengäus und seine Besonderheiten kennen. Zurück im Ort erfahren Sie, wie sich die bäuerliche Gemeinde seit dem Ende des 2. Weltkrieges zum Wirtschaftsstandort Porsche entwickelt hat, aber auch Wissenswertes zum großen Brand von 1791, dem sehenswerten Wehrkirchbereich und der ehemaligen Zuckerrübenbahn. Gutes Schuhwerk ist erforderlich. Auch Teilnehmer ohne Hunde sind willkommen. Der Treffpunkt in Weissach wird auf der Teilnahmekarte mitgeteilt.
Bitte unbedingt bei der Anmeldung angeben, ob Sie mit/ohne Hund teilnehmen. Falls Ihre Hündin zu der Zeit läufig ist, kann sie leider nicht mitkommen.
Bitte beachten Sie, dass Sie während der Veranstaltung für Ihren Hund haften und die vhs keinerlei Haftung übernimmt.

Nicole Reiner M.A.
Di, 29.09.2015, 15:00-17:00 Uhr
18,00 € (keine Ermäßigung; max. 1 Hund pro Teilnehmer)

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!
Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt. Damit nicht auch Ihr Kurs ausfallen muss, melden Sie sich bitte frühzeitig an. Die Kursentgelte werden erst nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt.

Leben gestalten

219152D
Schnupperworkshop "NLP"
Warum machen manche Menschen immer wieder die gleichen Fehler? Warum können sich andere nie entscheiden? Und warum sind so viele Menschen ausgebrannt und erschöpft? Die Antwort ist: Unser Denken und Fühlen bestimmen unser Handeln! Im Workshop erfahren Sie, wie Sie aus Ihren unbewussten Verhaltensmustern aussteigen können. Sie haben die Möglichkeit, die Methode kennen zu lernen, die heute in Deutschland sowohl zur persönlichen Entwicklung als auch in der Weiterbildung am meisten gelehrt und eingesetzt wird: NLP (Neuro-Linguistisches Programmieren). Zahlreiche Übungen und reflektierende Fragen geben Ihnen erste Impulse zur Veränderung in Ihrem Leben.

Fred Küster
Do, 08.10.2015, 19:00-21:00 Uhr
Alte Strickfabrik Weissach, Saal 7 DG
19,00 € (keine Ermäßigung)

Musik

239552D *Wochenende*
Didgeridoo für Fortgeschrittene und Anfänger
Im Vordergrund dieses Workshops steht die individuelle Förderung der Spieltechnik.
Es werden verschiedene Atem- und Permanentatmungstechniken vorgestellt. Das Didgeridoo-Spielen verbessert die Atemtechnik und hilft auch, Schnarchen und Atemaussetzer zu reduzieren.
Zusätzlich lernen wir unterschiedliche Sounds (Tierlaute etc.) durch Sprachübungen und Stimmeinsatz, sowie spezielle Didgeridoowörter.
Zu allen Übungen gibt es Begleitblätter, um das Erlernte auch zuhause leicht nachzuvollziehen. Es stehen Didgeridoos aus unterschiedlichen Materialien und Tonlagen zur Verfügung. Die Leihgebühr beträgt 10 €, die bar im Kurs zu bezahlen ist. Bitte mitbringen: Luftballon, Trinkglas und Trinkhalm.

Werner Umlauf
Sa, 20.02.2016, 10:00-17:00 Uhr
Alte Strickfabrik Weissach, Saal 7 DG
38,00 € (keine Ermäßigung)

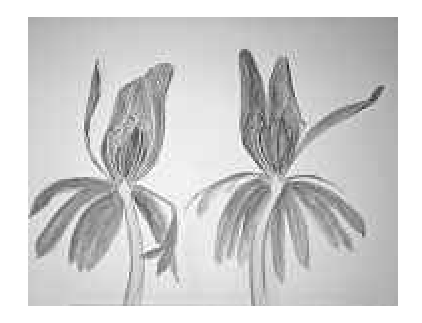
Kreatives Allerlei für Kids (4-10 Jahre)

251152DK *nachmittags*
Töpfern wie die Großen (ab 4 Jahre)
Kreativ und kinderleicht; hier könnt Ihr eigenen Ideen Form und Gestalt geben. Das Arbeiten mit Ton fördert die Grob- und Feinmotorik. Zum Beispiel tonen wir Gartenzwerge, phantastische Tiere oder...? Ihr werdet sehen, töpfern macht Spaß.

Marion Poth
dienstags, 15:00-16:30 Uhr
2 mal ab Di, 13.10.2015
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
15,00 € (inkl. 4,00 € Materialkosten*)

251252DK *Wochenende*
Mit Papa in der Ytong-Werkstatt (5-7 Jahre)
Mit Feile, Raspel, Säge und Papa's Rat und Hilfe formen wir den weichen Ytong-Baustein so lange um, bis wir plötzlich ein Häuschen, Mäuschen, ein Ei oder eine geringelte Raupe oder Schnecke haben. Es macht einfach Spaß und wir lernen, wie man das Werkzeug richtig benutzt. Wir arbeiten im Freien! In Zusammenarbeit mit dem Kinder- und Familienzentrum Villa Kunterbunt.

Irena Brehmer
Sa, 24.10.2015, 14:00-17:00 Uhr
Villa Kunterbunt Flacht
15,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 3,00 € Materialkosten)



251352DK *nachmittags*
Pflanzenfarbenwerkstatt für neugierige Kids (6-10 Jahre)
Farben selber machen? Gar nicht so schwer. Wir sammeln gemeinsam Pflanzen und lernen sie so vor Ort kennen. Dann kochen wir daraus unsere Malfarben. Wie verändern sie sich beim Trocknen, was passiert, wenn wir „Zauberwasser" dazu tun? Unsere Pinsel wachsen auch gleich nebenan. So entstehen viele bunte Bilder und vielleicht auch ein leuchtender Schmetterling.
Bitte mitbringen: Malkittel oder Kleidung, die bunt werden darf. Materialkosten: 1 € für Papier, Alaun und Gummi Arabicum, diese werden im Kurs eingesammelt. In Zusammenarbeit mit dem Kinder- und Familienzentrum Villa Kunterbunt.

Anna Gruber-Schmälzle
Di, 06.10.2015, 14:00-17:00 Uhr
Villa Kunterbunt Flacht
12,00 € (keine Ermäßigung)

251452DK *Ferienkurs*
Kids in der Greenbox - Star Wars Edition (ab 8 Jahre)
Ihr bekommt Eure eigene, echte Star Wars-Greenbox und eine Riesenauswahl an original Star Wars Kostümen und echten Star Wars Hintergründen! Wenn ihr vor der grünen Leinwand schauspielt und kämpft, sieht es auf dem fertigen Film aus, wie wenn ihr selbst in einer der Star Wars Szenen mitspielt! Dann gibt's noch die „Special Effects". Ihr habt plötzlich ein Loch im Bauch, habt nur noch einen Arm, euer Kopf schwebt durch die Wolken...
Ihr könnt natürlich selber alle Star Wars Verkleidungen mitbringen, die ihr zuhause habt. Es ist aber auch ein großer Fundus an Star Wars Verkleidungen, Laserschwertern und Star Wars Hintergründen vorhanden!
Bitte keine blaue/grüne Kleidung anziehen, möglichst schwarze Kleidung anziehen! Materialkosten incl. DVD: 19 € werden im Kurs eingesammelt. Bitte Vesper und Getränke für die betreute Mittagspause mitbringen!

Daniela Baum
Do, 05.11.2015, 10:00-17:00 Uhr
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
34,00 €

251552DK *Wochenende*
Fantasievolle, wollige Weihnachtskugeln aus Filz für Kinder ab 6 Jahre und Erwachsene
Aus bunter, ungesponnener Schafswolle und warmen Seifenschaum fertigen wir gefilzte, kuschelige Weihnachtskugeln. Mit bunten Pailetten und kleinen Glasperlen bestickt oder mit Spitzen oder Bändchen beklebt sehen sie besonders schön aus! Materialkosten ca. 2-6 € werden je nach Verbrauch im Kurs eingesammelt.

Ursula Jarawan
Sa, 28.11.2015, 14:00-17:00 Uhr
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
13,00 € (keine Ermäßigung)

251652DK *nachmittags*

Töpfern mit Mama für Papa (ab 4 Jahre)

Mein Lieblingstier für Papa aus Ton oder ein praktischer Stiftehalter; wie wäre es mit einem „Knabberteller" für Vati's Nüsse oder ein Notizzettelhalter oder....
Aus wunderbarem Ton könnt ihr hier eurer Phantasie freien Lauf lassen - alles für Papa. Bitte mitbringen: 1 Arbeitskittel oder Schürze. In Zusammenarbeit mit dem Kinder- und Familienzentrum Villa Kunterbunt.

Marion Poth
Di, 19.01.2016, 16:30-18:00 Uhr
Villa Kunterbunt Flacht
9,00 € (keine Ermäßigung; inkl. 3,00 € Materialkosten)

251752DK *nachmittags*

Vorschulwerkstatt (4-6 Jahre)

In diesem Kurs wird versucht, auf die einzelnen Kinder einzugehen und den Wegen ihrer Phantasie zu folgen. Ihr werdet je einmal Tonen, Malen, Drucken, Origami falten. Verschiedenste Materialien werden ins Spiel gebracht, z.B. Farben, Pappe, Holz, Ton, Stoff, in der Natur gefundene Dinge. Sehen, Tasten, Fühlen und Empfinden ist hier wichtig. Der Umgang mit dem Material, der richtige Gebrauch des hierfür nötigen Werkzeugs, das Vertraut werden mit dem Werkstoff sind die Basis künftiger Fähigkeiten. Hierbei ist der Entstehungsprozess eines Gegenstandes oder eines Bildes genauso wichtig wie das Endergebnis. Das Kind kann seine eigenen Vorlieben entdecken, und seine speziellen Talente werden im Kurs besonders gefördert.

Marion Poth
dienstags, 15:30-17:00 Uhr
3 mal ab Di, 26.01.2016
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
20,00 € (inkl. 4,00 € Materialkosten*)

*Im jeweiligen Kurspreis sind Materialkosten enthalten. Auf diese Materialkosten ist keine Ermäßigung möglich.

Eine Bitte an die Eltern: Kurse können wegen Krankheit etc. kurzfristig abgesagt werden. Dann ist ein Plakat am Eingang des Veranstaltungsortes angebracht. Bitte schauen Sie dort vorbei, damit Ihr Kind nicht unbeaufsichtigt bleibt.

Kreativität

251852D

Malen mit Acrylfarben: realistisch bis expressionistisch/abstrakt

In verschiedenen Techniken experimentieren wir mit Acrylfarben: Strukturen, Lasuren, Nass in Nass, deckend und transparent. Farbe, Form, Licht, Raum - gleiche Kriterien für realistisch oder abstrakt. Wir malen auf Karton und grundierter Leinwand (50 x 60 cm). Bitte alle schon vorhandenen Utensilien mitbringen (Farben, Pinsel, Malblock, Schwamm, usw.). Material (ca. 9 €) wird im Kurs abgerechnet.

Fedor Matejka
dienstags, 19:00-21:30 Uhr
8 mal ab Di, 06.10.2015
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
79,00 €



251952D *vormittags*

Aquarellmalerei für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Freude am malerischen Umgang mit Farben haben oder für sich entdecken wollen. Eine vertrauensvolle Atmosphäre und besondere Aufmerksamkeit sind die Basis unserer Arbeit. Bitte bringen Sie die Farben mit, die Sie haben, Anschaffungen werden im Kurs besprochen. Wir beginnen, uns mit Landschaftsbildern und Stillleben an die Malerei und die Freude im Umgang mit Farben heran zu tasten. Alle Teilnehmenden erhalten individuelle Unterstützung.
Bitte mitbringen: Farben, Pinsel, (Aquarell-) Papier mind. DIN A3, Lappen, Wasserglas und Palette (oder weißer Porzellanteller). Farben und Papier können auch gestellt werden, die Kosten werden anteilig berechnet.

Ran-Sou Shin von der Heyden
mittwochs, 09:00-12:00 Uhr
6 mal ab Mi, 21.10.2015
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
70,00 €

252052D *vormittags*

Gegenständliches Zeichnen für Einsteiger und Fortgeschrittene

Zunächst wollen wir die korrekte Form und Proportion unseres Motivs erfassen. Weiter werden wir mit gezielten Übungen das Abbilden von Oberflächenstrukturen, Dreidimensionalität und Schattenwurf erlernen. Als Motiv werden wir uns Gegenständen, Früchten, Blumen als auch unserem eigenen Portrait zuwenden. Experimente aus dem freien Zeichnen verschaffen uns eine lockere Hand und wir werden über unsere graphischen Fähigkeiten staunen. Im Laufe des Kurses können Sie gern mit ihrer Lieblingszeichentechnik, z.B. Tusche, Kohle, Pastellkreiden arbeiten.
Beim ersten Mal bitte mitbringen: Zeichenpapier, Bleistifte verschiedener Härten, Spitzer, Radiergummi, Handspiegel. Bei Fragen gern Kontakt unter susablei@web.de.

Susanne Blei
donnerstags, 09:30-11:45 Uhr
5 mal ab Do, 22.10.2015
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
49,00 € (keine Ermäßigung)

252152D

Silber und Gold: Schnupperkurs beim Profi

In diesem Kurs können die Grundkenntnisse des Goldschmiedens erlernt werden, wie z.B. das Sägen, Feilen, Schmieden, Löten und Polieren. Neben allgemeinen Kursphasen bleibt dem Kursleiter genügend Zeit zur individuellen Betreuung der Teilnehmenden, die jeweils ein Schmuckstück der eigenen Wahl, wie z.B. Ring, Ohrring oder Anhänger anfertigen können. Er achtet auch darauf, dass jeder mindestens ein Stück im Kurs fertig stellen kann. Gearbeitet wird mit dem Material Silber (925/-). Die Zusatzkosten (18 € Werkzeugverschleiß und ca. 3 €/g Silber) rechnet der Kursleiter direkt im Kurs ab.

Jonas Herrmann
Di, 08.12.2015, 18:00-22:00 Uhr
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
27,00 € (keine Ermäßigung)

252252D *Wochenende*

Die Kunst des rechten Schliffs

professionell Messer schärfen

Mindestalter: 18 Jahre

Ob Koch-, Küchen- oder Sammlermesser, erlernen Sie unter praktischer und theoretisch fundierter Anleitung, wie Sie unter Verwendung eines klassischen Schleifsteins eine rasiermesserscharfe Schneide erzeugen. Die optimierte Schleiftechnik versetzt Sie in die Lage, jederzeit im Handumdrehen ein nicht nur technisch, sondern auch optisch professionelles Ergebnis zu reproduzieren. Die benötigten Schleifsteine und Utensilien werden im Kurs gestellt. Mitzubringen sind 3 oder mehr Messer (kein Wellen- oder Zackenschliff). Es können im Kurs eigene Schleifsteine verwendet werden. Aus Gründen der Sicherheit sind eine lange Hose und geschlossene Schuhe aus Leder zu tragen. Es besteht die Möglichkeit das Schulungsmaterial (Handlungsanleitung 8 €; Schleifsteine und Zubehör) im Kurs zu erwerben.

Andreas Henz
Sa, 12.12.2015, 10:00-14:00 Uhr
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
20,00 € (keine Ermäßigung)

252352D *Wochenende*

Didgeridoo Selbstbau- und Spielkurs

Das Phänomen des Didgeridoos beruht darauf, dass es leicht zu erlernen ist und durch die Permanentatmung ein Fließen des Rhythmus hinzu kommt. Bambus eignet sich hervorragend für den Didgeridoobau, da er sehr hart ist und somit sehr gute Klangeigenschaften hat. Imprägniert wird der Rohling durch das Rösten mit Feuer (Lötbrenner). Durch den Bau des eigenen Didgeridoos lernt der Kursteilnehmer einiges über Materialeigenschaften und die damit verbundenen akustischen Effekte. Für diesen Kurs sind keine besonderen handwerklichen Fähigkeiten notwendig. Nach Fertigstellung erfolgen Übungen zu Grund- und Oberton, Bassstöße und D-Anschlag, sowie die methodische Hinführung zur Permanentatmung und Bauchatmung. Materialkosten: 18 € für Bambusrohling, Bereitstellung der Werkzeuge und Bienenwachs fürs Mundstück werden im Kurs eingezogen. Bitte mitbringen: Arbeitshandschuhe aus Stoff, Trinkglas und Strohhalm.

Werner Umlauf
Sa, 16.01.2016, 10:00-17:00 Uhr
Alte Strickfabrik Weissach, vhs-Werkraum UG
38,00 € (keine Ermäßigung)

Weissach

Textile Techniken

259752D
Schal und Mütze
Der Winter kann kommen!
Haben Sie Grundkenntnisse im Stricken (Anschlag, rechte und linke Maschen)? Dann werden diese Accessoires für die ersten kühlen Tage kein Problem für Sie sein! Bitte mitbringen: Rundstricknadel 60 cm lang und Nadelspiel (jeweils Stärke 4,0-4,5) und ca. 250 g dazu passende Wolle Ihrer Wahl. Material kann auch bei der Kursleiterin erworben werden.

Margarete Weiling
montags, 19:00-21:30 Uhr
2 mal ab Mo, 05.10.2015
Alte Strickfabrik Weissach, Saal 7 DG
22,00 € (keine Ermäßigung)

Typberatung



259852D *Wochenende*
Make up auf den Punkt gebracht
Auch Schminken will gelernt sein. Häufig wird aber zu viel von allem aufgetragen. Sie werden von der Kursleiterin geschminkt und sie zeigt Ihnen dabei, worauf Sie unbedingt achten sollten. Auch verrät sie Ihnen kleine Tricks mit denen Sie ohne großen Aufwand tolle Effekte erzielen. Maximale Teilnehmerzahl: 4 Personen. Materialkosten von 5 € sind im Kurs zu bezahlen. Bitte ungeschminkt kommen und einen Haarreif mitbringen.

Elke Beckmann
Sa, 24.10.2015, 14:00-17:00 Uhr
Alte Strickfabrik Weissach, Saal 7 DG
26,00 € (keine Ermäßigung)

Essen und Trinken



*** Wichtige Hinweise für alle Koch- und Backkurse**
Zusammen mit dem Kurspreis wird ein **Abschlag auf die Lebensmittelkosten** abgebucht, der neben dem Kurspreis ausgewiesen ist. Auf diesen Abschlag gibt es **keine Ermäßigung!**
Die genaue Abrechnung erfolgt im Kurs. Wenn Sie von einem Kurs zurücktreten, müssen Sie sich fristgerecht (7 bzw. 10 Tage vor Kursbeginn) bei der vhs-Geschäftsstelle abmelden, andernfalls werden der Kurspreis **und** die ausgewiesenen Lebensmittelkosten von Ihrem Konto abgebucht.
Bitte bringen Sie zu allen Kursen folgendes mit: **Hand und Geschirrtuch,** Schürze, Topflappen und Behälter für Kostproben, **Mineralwasser.**
Da die Volkshochschule **nur Gast in den Schulküchen** ist, bitten wir Sie, die Räume sauber und aufgeräumt zu hinterlassen.

277552D *Wochenende*
Lecker und Gesund – Kohlenhydrate: machen sie dick?
Immer wieder werden wahre Wunder beim Abnehmen durch den Verzicht auf Kohlenhydrate berichtet. Was ist daran richtig? Sind Kohlenhydrate gleich Kohlenhydrate oder gibt es Unterschiede? Wie wirken sie auf unseren Körper?
In diesen Kurs erfahren Sie die Wirkung von Kohlenhydraten auf unser Wohlbefinden, warum wir sie brauchen und welche Rolle sie beim Abnehmen spielen. Dazu kochen wir verschiedene Gerichte mit den gesünderen Varianten von Reis und Nudel, viel Gemüse und Obst. Für die Nichtvegetarier gibt es auch Rinderhack und Meeresfrüchte. Wir werden unseren Gaumen verwöhnen und unseren Körper stärken.

Luz Thumm-Rios
Sa, 24.10.2015, 10:00-14:00 Uhr
F.-Porsche-Schule Weissach, Küche
30,00 € (inkl. 10,00 € Lebensmittelkosten*)

277652D
Quiches und Tartes
Ein geschmacklich abwechslungsreicher Abend erwartet Sie. Süß und salzig, vegetarisch und mit Fleisch. Aus den unendlich vielen Rezepten wollen wir uns die Besonderen heraussuchen. Eine Quiche mit roten Linsen und Schweinefilet, eine Quiche mit Spinat, Erdnüssen und Rosinen oder zum Beispiel eine weiße Trüffeltarte mit Himbeeren. Durch unterschiedlichen Teig und Belag ergeben sich immer wieder neue Geschmacksnuancen. Kommen Sie mit auf Entdeckungsreise.

Gabi Hasenmaile
Mo, 23.11.2015, 18:30-21:30 Uhr
F.-Porsche-Schule Weissach, Küche
27,00 € (inkl. 14,00 € Lebensmittelkosten*)

Fernöstliche Entspannungsmethoden

An Kursen, die mit „T" und diesem Logo gekennzeichnet sind können Versicherte der AOK – Die Gesundheitskasse Stuttgart-Böblingen kostenfrei teilnehmen, sofern uns ein entsprechender Gutschein bei der Anmeldung vorgelegt. wird.

298552DT *vormittags*
Yoga für einen kraftvollen Rücken
Teilnehmer/-innen ohne und mit Vorkenntnissen
Yoga ist ein Jahrtausende alter ganzheitlicher Übungsweg - eine kraftvolle und tief regenerierende Methode, um die Lebensenergie ins Gleichgewicht zu bringen. Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen der Rücken und die Wirbelsäule. Durch gezielte Übungen lernen wir, Aufmerksamkeit in den Rücken zu lenken, die Haltung positiv zu verändern, die Wirbelsäule zu mobilisieren, die Rückenmuskulatur zu dehnen und zu kräftigen. Wir werden Körperbewegungen mit dem Fließen des Atems verbinden. Dadurch können sich Spannungen lösen. Zugleich kann ein Zustand tiefer Entspannung und innerer Ruhe entstehen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Unterlage und ein kleines, festes Kissen.

Christine Scheithe-Gerstenmaier
dienstags, 09:00-10:30 Uhr
12 mal ab Di, 29.09.2015
Alte Strickfabrik Weissach, Saal 4 und 5, 1. OG
86,00 €

Hatha-Yoga
Die Übungen des Yoga, spezielle Atemtechniken und verschiedene Entspannungsübungen bieten uns die Möglichkeit, zu innerer Ruhe und zu sich selbst zu finden. Durch die Übungen werden physisch und psychisch bedingte Verspannungen gelöst. Die erreichte Harmonie von Körper, Geist und Seele gibt Ihnen neue Lebenskraft und aktiviert Ihre kreativen Fähigkeiten.
Bitte mitbringen: rutschfeste Matte oder Decke, bequeme Kleidung.

298652DT
Ingrid Gottschalk
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
Alte Strickfabrik Weissach, Saal 4 und 5, 1. OG
69,00 €

298752DT
Ingrid Gottschalk
dienstags, 19:45-21:15 Uhr
11 mal ab Di, 29.09.2015
Alte Strickfabrik Weissach, Saal 4 und 5, 1. OG
69,00 €

298852DT *vormittags*
Yoga - ein Einstieg für alle
für Einsteiger und Wiedereinsteiger
Viele Veröffentlichungen zu Yoga erzeugen den Eindruck, als ob man für die Yoga-Übungen einen besonders beweglichen, elastischen Körper haben muss. In diesem Kurs ist jede Frau und jeder Mann willkommen. Alle Übungen werden an die individuellen, körperlichen Bedingungen angepasst. Nicht Hochleistungen, sondern körperliche Erfahrungen und seelisches Wohlsein sind unser Ziel. Durch langsam und bewusst ausgeführte Übungen aus dem Hatha-Yoga lösen wir Verspannungen, fördern unsere Beweglichkeit und stärken wichtige Körperpartien. Dabei richten wir ein besonderes Augenmerk auf unseren Rücken, dem wir im Alltag so viel abverlangen. Unser Atem kann ungehindert fließen und in unserem Geist stellen sich Ruhe und Klarheit ein.
Bitte mitbringen: eine Decke, warme Socken, bequeme Kleidung.

Dieter Bächle
donnerstags, 09:30-11:00 Uhr
14 mal ab Do, 24.09.2015
Alte Strickfabrik Weissach, Saal 4 und 5, 1. OG
89,00 €



Power Yoga
Im Power Yoga steht der menschliche Körper in seiner Ganzheit im Vordergrund. Der gesamte Bewegungsapparat wird durch funktionelle Kräftigung und Stabilisierung in Einklang gebracht. Verschiedenste Muskeln im Körper werden trainiert. Ein Schwerpunkt liegt auf der Mobilisierung und Stärkung des Rückens. Insgesamt werden Körper und Geist ausgeglichener, energievoller und entspannter. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, evtl. kleines Kissen und Getränk.

298952D
Natalia Bayer
donnerstags, 15:15-16:15 Uhr
8 mal ab Do, 08.10.2015
Alte Strickfabrik Weissach,
Saal 4 und 5, 1. OG
35,00 €

299052D
Natalia Bayer
donnerstags, 16:30-17:30 Uhr
10 mal ab Do, 08.10.2015
Alte Strickfabrik Weissach,
Saal 4 und 5, 1. OG
44,00 €

299152D
Achtsamkeit und Entspannung - Wege zum inneren Gleichgewicht
Für Teilnehmer/-innen mit und ohne Vorkenntnisse
Achtsamkeit verhilft zu neuen Perspektiven. Man lernt zu beobachten, wie geistige und körperliche Reaktionen kommen und gehen, gewinnt Abstand und kann dadurch viel überlegter handeln. Durch Entspannungsübungen lernen Sie Ihre Anspannungen wahrzunehmen und zu lösen. Entspannt, gelassen und gelöst, so können Sie Ihre innere Stärke entdecken und individuelle Strategien zur Stressbewältigung finden. Der Kurs beinhaltet Übungen aus dem Achtsamkeitstraining, wie Body-Scan, Bewegungen in Achtsamkeit, Atemübungen, geführte Meditationen. Als Entspannungsübung setzen wir die Progressive Muskelentspannung ein. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, evtl. kleines Kissen, Decke.

Brigitte Mischke
donnerstags, 18:30-20:00 Uhr
8 mal ab Do, 15.10.2015
Alte Strickfabrik Weissach,
Saal 4 und 5, 1. OG
50,00 €

Gymnastik/Fitness

336152D GEMEINSAM AUF KURS
Haltungsgymnastik
Mit moderner Gymnastik bringen wir unseren ganzen Körper in Schwung und gleichen Bewegungsmangel und Fehlbelastungen aus. Gezielte krankengymnastisch orientierte Dehn- und Kräftigungsübungen regulieren muskuläre Ungleichheiten. Entspannungsübungen lösen nicht nur körperlichen Stress, sondern steigern auch unser seelisches Wohlbefinden. Darüber hinaus lernen wir, unsere Alltagsbewegungen rücken- und gelenkschonender zu gestalten.

Iris Maier-Essig
montags, 20:00-21:00 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Festhalle Flacht
58,00 €

An Kursen, die mit „T“ und diesem Logo GEMEINSAM AUF KURS gekennzeichnet sind können Versicherte der AOK – Die Gesundheitskasse Stuttgart-Böblingen kostenfrei teilnehmen, sofern uns ein entsprechender Gutschein bei der Anmeldung vorgelegt. wird.

Viele gesetzliche Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie ihren Versicherten bezuschussen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung zu einem vhs-Kurs!
Nach Kursende können Sie von uns bei entsprechender Teilnahme eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten. Sie erhalten diese bei Abholung kostenlos oder gegen Gebühr bei Zusendung.

Pilates und Rückenfitness
Gute Haltung - Guter Tag!
In diesem ganzheitlichen Workout gleichen wir muskuläre Dysbalancen aus und stimulieren die tiefliegenden Muskelgruppen. Im Bewusstsein unserer Körpermitte kräftigen wir unsere Haltungsmuskulatur und mobilisieren und dehnen unseren Körper. Unser Training bringt durch bewusste und konzentrierte Bewegungsausführung „body & mind“ in Einklang. Ziel unseres Trainings ist ein vollendetes Körpergefühl, lockere Muskulatur und eine gute Haltung.

336252D *vormittags*
Yvonne Werber
dienstags, 08:30-10:00 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Festhalle Flacht
77,00 €

336352D *vormittags*
Yvonne Werber
dienstags, 10:05-11:35 Uhr
14 mal ab Di, 29.09.2015
Festhalle Flacht
77,00 €



336452D GEMEINSAM AUF KURS
Fit und gesund
der Präventionssport
Nach flotter Musik bringen wir unseren Kreislauf in Schwung und trainieren dabei gleichzeitig unsere Ausdauer. Ein intensives Workout befasst sich gezielt mit den vernachlässigten Muskelgruppen (Bauch, Beine, Po, Rücken), wobei auf die funktionell korrekte Ausführung unter gesundheitlichen Aspekten geachtet wird. Auch Dehnungs- und Entspannungsübungen sollen nicht zu kurz kommen.

Iris Maier-Essig
mittwochs, 18:00-19:00 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Festhalle Flacht
58,00 €

336852D
Bodystyling
Mit Musik bringen wir zuerst unser Herz-Kreislauf-System in Schwung und mobilisieren unsere Gelenke. Danach folgt ein Ganzkörpertraining, auch mit variablen Zusatzgeräten (Hanteln, Theraband u. a.). Wir erreichen eine bessere Haltung und steigern unsere Fitness. Die Stunde beenden wir mit Dehnungs- und Entspannungsübungen. Bitte feste Turnschuhe, Handtuch und Getränk mitbringen.

Iris Maier-Essig
mittwochs, 19:00-20:00 Uhr
14 mal ab Mi, 30.09.2015
Festhalle Flacht
58,00 €

336952D
Step-Aerobic
Fatburner
Möchten Sie ihre Ausdauer verbessern und gleichzeitig ihren Fettdepots zu Leibe rücken? Und das auch noch mit viel Spaß? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Nach einem Aufwärmtraining mit Aerobic-Grundschritten wird der Kreislauf mit Step-Aerobic zu fetziger Musik in Schwung gebracht. Durch Kontrolle der Pulsfrequenz kann jede/r in seinem optimalen Pulsbereich trainieren. Abgerundet wird die Stunde mit Stretching. Bitte kommen Sie in bequemer Sportkleidung und bringen Sie gute Sportschuhe, ein Handtuch, etwas zu Trinken, möglichst auch eine (Puls-)Uhr und gute Laune mit.

Sabine Becht
montags, 18:30-19:30 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Alte Strickfabrik Weissach,
Saal 4 und 5, 1. OG
58,00 €

337052D
Energy-BBP
Kräftigung und Straffung der Problemzonen Bauch, Beine und Po durch spezielle Übungen mit und ohne Hilfsmittel. Bitte Handtuch und geeignete Schuhe mitbringen.

Sabine Becht
montags, 19:35-20:35 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Alte Strickfabrik Weissach,
Saal 4 und 5, 1. OG
58,00 €

Weissach



337852D *Wochenende*
Zumba® Fitness
Der Fatburner-Fitnesstrend für Alle!
Der „Entdecker" dieses Fitness-Konzepts, Alberto Perez, hat durch seine südamerikanischen Wurzeln und seine Liebe zur feurigen Musik ein Cardiotraining mit Tanzschritten zu einem fetzigen Tanz-Workout vermischt. Zumba® vereint Salsa, Samba, Merengue und Cumbia, aber auch Hip Hop und orientalischen Tanz zu einem anspruchsvollen tänzerischen Ausdauertraining. **Für Zumba® braucht man keine tänzerischen Vorkenntnisse, auch Teenager ab 14 Jahren sind herzlich willkommen!**

N.N.
samstags, 10:00-11:00 Uhr
10 mal ab Sa, 10.10.2015
Alte Strickfabrik Weissach,
Saal 4 und 5, 1. OG
43,00 €

Tanz



373052D
Tanz und Fitness
Nach einem tänzerischen Warm-up folgt ein Konditionsteil, bevor wir eine Tanzkombination (Elemente aus Jazz Dance, Modern Dance, Hip Hop u.v.m.) erarbeiten, die sowohl für **Wiedereinsteiger** erlernbar, als auch für **erfahrenere Tänzer/Innen** ansprechend ist. Zum Schluss folgt ein Gymnastikteil mit Kräftigungs- und Dehnübungen. Das Angebot richtet sich an alle, die Spaß an Tanz und Fitness haben. **Das Niveau wird sich an den Vorerfahrungen der Gruppenteilnehmer/-innen orientieren.**

Katrin Lemme-Gutmann
montags, 20:00-21:15 Uhr
14 mal ab Mo, 05.10.2015
Heckengäu-Sporthalle II Weissach,
Gymnastikraum
82,00 €

Französisch A 1 (Grundstufe)

537152D *Wochenende*
Schnupperkurs Französisch
Sie wollen die französische Sprache kennenlernen und vielleicht eines Tages Urlaub in Frankreich verbringen? In diesem Kompaktkurs lernen Sie das Wichtigste für einen gelungenen Urlaub kennen. Wir arbeiten mit einfachen authentischen Materialien. Denn aller Anfang muss nicht schwer sein, um Freude an der Sprache zu entdecken.

Monique Fritzsche
samstags, 10:30-12:00 Uhr
3 mal ab Sa, 23.01.2016
Alte Strickfabrik Weissach,
vhs-Werkraum
17,00 €

Italienisch A 1 (Grundstufe)

551152D *vormittags*
Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
„Con piacere A 1" ab Lektion 7
Ziel des Kurses ist es, in lockerer Atmosphäre gemeinsam die ersten Schritte zum Einstieg in die italienische Sprache zu unternehmen. Der Schwerpunkt liegt hierbei auf dem aktiven Kommunizieren, d.h. die Teilnehmer werden bereits ab der ersten Lektion im Rahmen von verschiedensten Übungen und Spielen an das aktive Sprechen herangeführt.

Paola Andreozzi Jünger
montags, 10:30-12:00 Uhr
14 mal ab Mo, 28.09.2015
Alte Strickfabrik Weissach,
vhs-Werkraum UG
79,00 €

Foto



611952D *Wochenende*
Mit Licht zeichnen - kreative Fotografie bei Tag und Nacht
Licht ist das Geheimnis, das allen unseren Fotos erst zu Spannung und Wirkung verhilft. Doch wie oft achten wir wirklich auf das Licht, bevor wir den Auslöser drücken? In diesem Kurs werden wir uns kreativ mit Licht beschäftigen, wie es wirkt, wie wir es sehen lernen und wie es sich spielerisch für spannende Bildergebnisse einsetzen lässt. Tagsüber arbeiten wir mit natürlichem und künstlichem Licht und werden in einer Studiosituation bewusst Licht inszenieren. Am Abend betreiben wir Lichtmalerei, spielen mit Licht, Farben und Formen und illuminieren auf einer Exkursion selbst Gegenstände und Gebäude.
Vorkenntnisse:
Teilnahme an einem Foto-Grundkurs oder selbst erworbene Grundkenntnisse.
Mitzubringen sind Kamera, die Einstellmöglichkeiten von Blende und Verschlusszeit zulässt, Bedienungsanleitung, Stativ, starke Taschenlampe sowie Wunderkerzen o. ä. Beleuchtungsaccessoires. Externer Kamerablitz falls vorhanden.

Gabriela Hausenstein
Sa, 14.11.2015, 16:30-20:00 Uhr
Mi, 18.11.2015, 18:00-21:30 Uhr
Do, 26.11.2015, 18:00-20:00 Uhr
Alte Strickfabrik Weissach,
vhs-Werkraum
54,00 € (keine Ermäßigung)

Bitte beachten Sie auch das Seminar „Lichter des Ludwigsburger Weihnachtsmarktes"
Kurs-Nr. 605652L
unter Foto Leonberg.

EDV

658352D
Excel 2010 kompakt
Excel wird heute beruflich oder privat eingesetzt. Auch in der Vereinsarbeit ist Excel gut einsetzbar. In kompakter Weise lernen Sie die Grundlagen der Tabellenkalkulation kennen.
Inhalte:
Sinnvolles Erstellen von Listen
Sortieren und Filtern von Listen
Arbeiten mit einfachen Formeln und Funktionen
Zahlen- und Textformate
Seitenlayout
Einfache Diagramme
Vorkenntnisse:
Grundkenntnisse am PC

Christian Liebthal
mittwochs, 18:30-21:30 Uhr
3 mal ab Mi, 11.11.2015
F.-Porsche-Schule Weissach,
Computerraum
73,00 € (inkl. Unterlagen und Teilnahmebescheinigung im Wert von insgesamt 9,00 €. Auf diesen Betrag wird keine Ermäßigung gewährt).

Kompaktkurse
Bei Kompaktkursen werden aus einem bestimmten Unterrichtsvolumen die wesentlichen Punkte herausgezogen. Die Teilnehmer lernen schwerpunktmäßig das Wesentliche unter dem Gesichtspunkt der praktischen Verwertbarkeit.





VORTRÄGE

Dienstag, 29.09.2015, 19:00 Uhr
Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
Vortrag von Petra Vetter
vhs Leonberg, Abendkasse

Dienstag, 06.10.2015, 19:00 Uhr
Hunde und ihre Maler – Maler und ihre Hunde
Vortrag von Nicole Reiner M.A.
vhs Leonberg, Abendkasse

Montag, 12.10.2015, 19:00 Uhr
Albert Schweitzer – Arzt, Theologe, Musiker. Immer noch ein Vorbild?
Vortrag von Andreas Wulf
vhs Leonberg, Abendkasse

Dienstag, 13.10.2015, 19:30 Uhr
Christen und Muslime im Gespräch - wie der christlich-islamische Dialog gelingen kann
Vortrag von Dr. Abdelmalek Hibaoui und
Prof. Dr. Siegfried Zimmer
Haus der Begegnung Leonberg, Abendkasse

Dienstag, 13.10.2015, 19:30 Uhr
Heuschnupfen – die alljährliche Plage
Vortrag von Dr. med. Ulrich Shih
vhs Leonberg, gebührenfrei

Donnerstag, 15.10.2015, 19:00 Uhr
Gesund bleiben – aber wie?
Vortrag von Rainer Süßbier
vhs Leonberg, Abendkasse

Montag, 19.10.2015, 19:30 Uhr
Spiel mit Form und Farbe – der Expressionismus in Deutschland
Vortrag von Sandra Vollmann M.A.
vhs Leonberg, Abendkasse

Donnerstag, 22.10.2015, 19:30 Uhr
Lektüre beim Wein mit Christa Weiß
Hotel Hirsch, Eltingen, gebührenfrei

Montag, 26.10.2015, 19:30 Uhr
Braucht jeder Hausbesitzer einen Sanierungsfahrplan?
Vortrag von Bernd Mörk
vhs Leonberg, gebührenfrei

Mittwoch, 28.10.2015, 19:00 Uhr
Mietnomaden
Vortrag von Bernd Bannasch
vhs Leonberg, gebührenfrei

Mittwoch, 11.11.2015, 19:00 Uhr
Schwäbische Dichter-Lese - Poeten und Revolutionäre: Ludwig Uhland und Wilhelm Zimmermann
Vortrag von Holger Starzmann
vhs Leonberg, Abendkasse

Montag, 16.11.2015, 19:00 Uhr
Wie erleben Hunde die Sozialisation und was macht die Rasse dabei aus?
Vortrag von Gesine Mantel
vhs Leonberg, Abendkasse

Montag, 16.11.2015, 19:30 Uhr
Zhineng Qigong – Medizinisches Qigong
Vortrag von Ping Dietrich-Shi
vhs Leonberg, gebührenfrei

Mittwoch, 18.11.2015, 19:30 Uhr
Charles de Gaulle (1890-1970)
Vortrag von Matthias Hofmann M.A.
vhs Leonberg, Abendkasse

Montag, 23.11.2015, 19:00 Uhr
Elternunterhalt – wenn Kinder für die Eltern zahlen sollen
Vortrag von Petra Vetter
vhs Leonberg, Abendkasse

Mittwoch, 25.11.2015, 19:30 Uhr
Marokko
Vortrag von Dr. Rolf Beck
vhs Leonberg, Abendkasse

Donnerstag, 26.11.2015, 19:30 Uhr
Bücher für den Gabentisch – Neuerscheinungen Herbst 2015
Vortrag von Caren Decker-Jung
Stadtbücherei Leonberg, Abendkasse

Dienstag, 01.12.2015, 19:30 Uhr
Schottland und Isle of Skye
Vortrag von Tobias Schiller
vhs Leonberg, Abendkasse

Mittwoch, 02.12.2015, 19:00 Uhr
Schindlers „Brüder"- Mutige Retter der Verfolgten: Kurt Gerstein
Vortrag von Christine Frey
vhs Leonberg, Abendkasse

Mittwoch, 13.01.2016, 19:00 Uhr
William Shakespeare zum 400. Todestag
Vortrag von Holger Starzmann
vhs Leonberg, Abendkasse

Montag, 18.01.2016, 19:30 Uhr
Einkommen im Alter, die große Unbekannte
Vortrag von Helmut Butter
vhs Leonberg, Abendkasse

Mittwoch, 20.01.2016, 19:00 Uhr
Hausnebenkostenabrechnung – gewusst wie!
Vortrag von Bernd Bannasch
vhs Leonberg, gebührenfrei

Montag, 25.01.2016, 19:30 Uhr
Erneuerbares Wärmegesetz Baden-Württemberg – auch für mich wichtig?
Vortrag von Bernd Mörk
vhs Leonberg, gebührenfrei

Dienstag, 26.01.2016, 19:30 Uhr
„Schau mir in die Augen"- Augendiagnose
Vortrag von Markus Flattich
vhs Leonberg, Abendkasse

Mittwoch, 27.01.2016, 19:00 Uhr
„Lizenz zum Töten?" Gewaltursachen in Religion und Politik
Vortrag von Andreas Wulf
vhs Leonberg, Abendkasse

Donnerstag, 28.01.2016, 19:00 Uhr
Alkoholabhängigkeit
Vortrag von Dr. Michael Schwarzkopf
vhs Leonberg, Abendkasse

Dienstag, 02.02.2016, 19:00 Uhr
Nachbarrecht
Vortrag von Eveline Fischer
vhs Leonberg, Abendkasse

Mittwoch, 03.02.2016, 19:30 Uhr
Maasai auf Zeit
Vortrag von Dr. Sigfrid Gahse
vhs Leonberg, Abendkasse

Mittwoch, 10.02.2016, 10:30 Uhr
Bonjour la France!
Stadtbücherei Leonberg, gebührenfrei

Montag, 15.02.2016, 19:30 Uhr
Kurdistan – Islamischer Staat – Türkei: Geografische Veränderungen in Nahost?
Vortrag von Matthias Hofmann M.A.
vhs Leonberg, Abendkasse

Mittwoch, 17.02.2016, 19:30 Uhr
Der Masterplan für´s Eigenheim – Schritt für Schritt
Vortrag von Thomas Mitschele
vhs Leonberg, Abendkasse





vhs Leonberg
Postfach 1962, 71209 Leonberg
Gläubiger-ID: DE31VHS00000092337

Kostenübernahmeerklärung / Kursanmeldung / Kurs-Gutschein

Falls Teilnehmer/in und Zahlender nicht die gleiche Person sind, bestätigen Sie als Zahlende/r hiermit die Übernahme der Kosten für den Kurs / die Kurse bei der Volkshochschule Leonberg (vhs) für untenstehende Person.
Hinweis: Bitte pro Teilnehmer/in eine Kostenübernahmeerklärung ausfüllen.

Kursangaben:

Kurs-Nr.	Preis	Thema

Persönliche Angaben des Teilnehmenden:

Anrede ☐ Frau ☐ Herr
Name, Vorname ______
Straße, Hausnr. ______
PLZ, Ort ______
E-Mail-Adresse ______
Telefon tagsüber ______ Telefon abends ______

Adresse Zahlender: ☐ Firma ☐ Privatperson
Firmenname ______
Anrede ☐ Frau ☐ Herr
Name, Vorname ______
Straße, Hausnr. ______
PLZ, Ort ______
E-Mail-Adresse ______
Telefon tagsüber ______ Telefon abends ______

Bankverbindung: BIC: ______
IBAN: DE ______
Anmeldebestätigung an: ☐ Teilnehmer ☐ Zahlende/n
Zahlung durch Überweisung ☐ (nur für Firmen möglich; Firmenstempel erforderlich)

Anmeldung und Ermächtigung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift:
Ich erkenne die derzeit gültigen, im vhs-Programm abgedruckten, Allgemeinen Geschäftsbedingungen an. Mit der Speicherung meiner Daten – nur für interne Zwecke – bin ich einverstanden.
Ich ermächtige die vhs, die von mir zu entrichtenden Entgelte von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.
Die SEPA-Mandatsreferenz-Nr. wird Ihnen auf der Anmeldebestätigung mitgeteilt.

______ ______
Datum Unterschrift

Bitte ausschneiden und in einem Briefumschlag versenden!

Anmeldung: Bitte in Druckschrift und vollständig ausfüllen; **jeweils nur eine Person pro Anmeldekarte**

vhs Leonberg

Name, Vorname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl Wohnort

Telefon tagsüber

Telefon abends

E-Mail

Geburtsdatum . . Angabe ist freiwillig.

☐ **Bankverbindung ist der vhs bekannt und unverändert.**

BIC (8 oder 11 Stellen)

IBAN

DE

ggf. abweichender Name des Kontoinhabers

Gläubiger-ID: DE31VHS00000092337

☐ Ich beantrage Ermäßigung. Berechtigungsnachweis **muss** als Kopie **beiliegen.** Ohne Nachweis wird **keine** Ermäßigung gewährt.

Kurs-Nr.: Preis: Thema (abgekürzt):

Anmeldung und Ermächtigung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift. SEPA-Lastschriftmandat

Ich erkenne die derzeit gültigen, im vhs-Programm abgedruckten, Allgemeinen Geschäftsbedingungen an. Mit der Speicherung meiner Daten – nur für interne Zwecke – bin ich einverstanden.

Ich ermächtige die vhs, die von mir zu entrichtenden Entgelte von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Die SEPA-Mandatsreferenz-Nr. wird Ihnen auf der Anmeldebestätigung mitgeteilt.

(Datum) (Unterschrift)

Anmeldung: Bitte in Druckschrift und vollständig ausfüllen; **jeweils nur eine Person pro Anmeldekarte**

vhs Leonberg

Name, Vorname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl Wohnort

Telefon tagsüber

Telefon abends

E-Mail

Geburtsdatum . . Angabe ist freiwillig.

☐ **Bankverbindung ist der vhs bekannt und unverändert.**

BIC (8 oder 11 Stellen)

IBAN

DE

ggf. abweichender Name des Kontoinhabers

Gläubiger-ID: DE31VHS00000092337

☐ Ich beantrage Ermäßigung. Berechtigungsnachweis **muss** als Kopie **beiliegen.** Ohne Nachweis wird **keine** Ermäßigung gewährt.

Kurs-Nr.: Preis: Thema (abgekürzt):

Anmeldung und Ermächtigung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift. SEPA-Lastschriftmandat

Ich erkenne die derzeit gültigen, im vhs-Programm abgedruckten, Allgemeinen Geschäftsbedingungen an. Mit der Speicherung meiner Daten – nur für interne Zwecke – bin ich einverstanden.

Ich ermächtige die vhs, die von mir zu entrichtenden Entgelte von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Die SEPA-Mandatsreferenz-Nr. wird Ihnen auf der Anmeldebestätigung mitgeteilt.

(Datum) (Unterschrift)

Anmeldung: Bitte in Druckschrift und vollständig ausfüllen; **jeweils nur eine Person pro Anmeldekarte**

vhs Leonberg

Name, Vorname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl Wohnort

Telefon tagsüber

Telefon abends

E-Mail

Geburtsdatum . . Angabe ist freiwillig.

☐ **Bankverbindung ist der vhs bekannt und unverändert.**

BIC (8 oder 11 Stellen)

IBAN

DE

ggf. abweichender Name des Kontoinhabers

Gläubiger-ID: DE31VHS00000092337

☐ Ich beantrage Ermäßigung. Berechtigungsnachweis **muss** als Kopie **beiliegen.** Ohne Nachweis wird **keine** Ermäßigung gewährt.

Kurs-Nr.: Preis: Thema (abgekürzt):

Anmeldung und Ermächtigung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift. SEPA-Lastschriftmandat

Ich erkenne die derzeit gültigen, im vhs-Programm abgedruckten, Allgemeinen Geschäftsbedingungen an. Mit der Speicherung meiner Daten – nur für interne Zwecke – bin ich einverstanden.

Ich ermächtige die vhs, die von mir zu entrichtenden Entgelte von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Die SEPA-Mandatsreferenz-Nr. wird Ihnen auf der Anmeldebestätigung mitgeteilt.

(Datum) (Unterschrift)

Volkshochschule Leonberg
Postfach 1962
71209 Leonberg

Volkshochschule Leonberg
Postfach 1962
71209 Leonberg

Volkshochschule Leonberg
Postfach 1962
71209 Leonberg





vhs Leonberg
Postfach 1962, 71209 Leonberg
Gläubiger-ID: DE31VHS00000092337

Anmeldung per Fax 07152 30 99 10

Bitte in Druckschrift und vollständig ausfüllen; jeweils nur eine Person pro Anmeldung

Name	
Vorname	
Straße und Hausnummer	
PLZ und Wohnort	
Telefon tagsüber	Telefon abends
E-Mail	
Geburtsdatum (freiwillig, für statistische Zwecke)	

☐ Bankverbindung ist der vhs bekannt und unverändert.

BIC (8 oder 11 Stellen)	ggf. abweichender Name des Kontoinhabers
IBAN D E	

☐ Ich beantrage Ermäßigung
(Der Berechtigungsnachweis muss als Kopie beiliegen. Ohne Nachweis wird keine Ermäßigung gewährt.)

Kurs- Nr.	Preis	Thema

Anmeldung und Ermächtigung zum Einzug von Forderungen durch Lastschrift.
SEPA-Lastschriftmandat
Ich erkenne die derzeit gültigen, im vhs-Programm abgedruckten, Allgemeinen Geschäftsbedingungen an.
Mit der Speicherung meiner Daten – nur für interne Zwecke – bin ich einverstanden.
Ich ermächtige die vhs, die von mir zu entrichtenden Entgelte von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen.
Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.
Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.
Die SEPA-Mandatsreferenz-Nr. wird Ihnen auf der Anmeldebestätigung mitgeteilt.

Datum	Unterschrift

Bitte ausschneiden und faxen!

Unterrichtsstätten der Volkshochschule

in Leonberg

siehe Stadtplan unter Nummer:

1 Albert-Schweitzer-Gymnasium, Gerhart-Hauptmann-Straße 15 (Eingang Seitenflügel)
2 Altes Rathaus, Carl-Schmincke-Straße 37 (Eltingen)
3 August-Lämmle-Schule, Gerlinger Straße 43-47 (Ramtel)
5 Berufliches Schulzentrum, Fockentalweg 8
26 Bürgerzentrum Stadtmitte, Neuköllner Straße 5 (EG neben der vhs)
6 Georgii-Halle, Liststraße/Ecke Lindenstraße, Eingang Liststraße
7 Gerhart-Hauptmann-Realschule, Gerhart-Hauptmann-Straße 7
8 Haus der Begegnung, Eltinger Straße 23 (Familienbildungsstätte und Ev. Erwachsenenbildung)
9 Jahn-Turnhalle, Strohgäustraße 6
10 Johannes-Kepler-Gymnasium, Lindenstraße 4
4 Jugendmusikschule, Lindenberger Straße 16
11 Karl-Georg-Haldenwang-Schule, Ostertagstraße 24
13 Mörikeschule, Hindenburgstraße 21
15 Ostertag-Realschule, Tiroler Straße 30
16 PLAZA-Fitnesscenter, Berliner Straße 49
17 Schelling-Schule, Eltinger Straße 46
18 Stadtbücherei, Eingang Liststraße
19 Steinturnhalle, Steinstraße 5
20 Seniorenzentrum am Parksee, Ostertagstraße 44-46
21 Sophie-Scholl-Schule, Wiesensteiger Straße 12
22 Spitalhof-Kindergarten, Klosterstraße 15
23 Spitalschule, Spitalhof 2
28 Sports Club Purange, Römergalerie, Eltinger Straße 56
24 Sportzentrum und Hallenbad, Steinstraße
25 My PT Lounge, Römerstraße 33
27 vhs-Kunstschule, Eltinger Straße 11 (2. Stock)
vhs vhs, Neuköllner Straße 3-5 (beim Leo-Center, Ausgang Richtung Stadthalle)



Hinweise zum Parken im Bereich vhs Neuköllner Straße

Für unsere Teilnehmer/-innen stehen <u>keine</u> Parkplätze direkt bei der vhs zur Verfügung.
Wie empfehlen deshalb:

P1 Parkhäuser beim Leo-Center (gebührenpflichtig; bitte Öffnungszeiten beachten!)
P2 Parkplatz bei der Stadthalle (gebührenpflichtig)
P3 Parkplatz beim Hallenbad (gebührenpflichtig)
P4 Parkplatz Festplatz Steinstraße (kostengünstig: Mo-Fr. 8.00-18.00 Uhr; Samstag Vormittag Wochenmarkt)
P5 Parkhaus Römergalerie (gebührenpflichtig; durchgehend geöffnet)

in Leonberg-Gebersheim:

- Bürgerhaus, Heimerdinger Straße 37
- Gäublickhalle, Heimerdinger Straße 41
- Grundschule, Heimerdinger Straße 39
- Ev. Kindergarten, Hohe Steige 6-8

in Leonberg-Höfingen:

- Grund- und Hauptschule, Ulmenstraße 8-12
- Neues Rathaus, Pforzheimer Straße 9
- Kinderhaus Kunterbunt, Ulmenstraße 4
- Kurfiss-Gebäude, Pforzheimer Straße 5

in Leonberg-Warmbronn:

- Christian-Wagner-Haus, Christian-Wagner-Straße 3
- vhs-Werkraum, Planstraße 1 (im Gebäude der Bücherei, Eingang: Giebelseite)

in Renningen:

- Begegnungsstätte, Merklinger Straße 10 (Malmsheim)
- Bürgerhaus, Jahnstraße 20
- Festhalle Stegwiesen, Rankbachstraße
- Friedrich-Schiller-Schule, Poststraße 11 (Grund- und Hauptschule) EDV-Kurse: Eingang Realschule
- Friedrich-Silcher-Schule, Schulstraße (Malmsheim)
- Gymnasium Renningen, Rankbachstraße 38, Eingang Jahnstraße
- Haus am Rankbach, Schwanenstraße 22
- Rankbachhalle, Rankbachstraße
- Realschule Renningen, Rankbachstraße 40, Osteingang über Aula
- Sozialstation, Kleine Gasse 5
- Stadtbibliothek Renningen, Rankbachstraße 40

in Rutesheim:

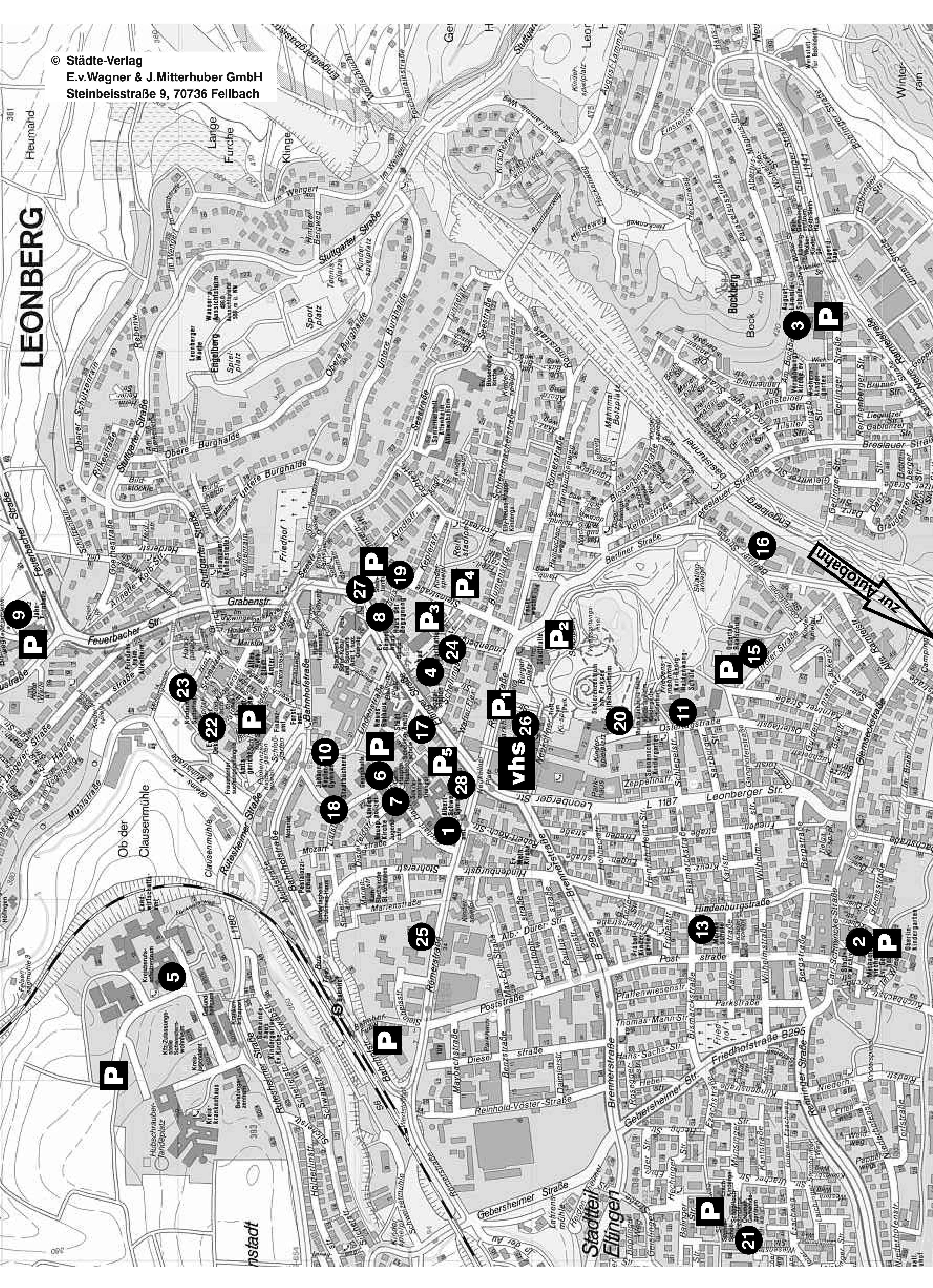
- Altes Rathaus, Kirchstraße 23
- Altes Rathaus, Rathausplatz 1 (Perouse)
- Festhalle, Mieminger Weg 2
- Kath. Gemeindehaus, Schubertstraße 12
- Sporthalle Bühl I + II, Robert-Bosch-Straße 51
- Theodor-Heuss-Schule (Fachklassenbau), Robert-Bosch-Straße 27

in Weil der Stadt:

- Emil-Haag-Begegnungsstätte (Seniorentreff) , An der Wolldecke 2
- Ev. Gemeindehaus (Remigiushaus), Kirchgrabenstraße 3 (Merklingen)
- Ev. Gemeindehaus (Münklingen), Dorfstraße 6
- Ev. Gemeindehaus, Poststraße 11
- Haus Michael Seniorenzentrum, Riquewihrstraße 5 (Merklingen)
- Johannes-Kepler-Gymnasium, Max-Caspar-Straße 47
- Kath. Gemeindehaus, Karlstraße 5 (Merklingen)
- Kath. Gemeindehaus St. Augustinus, Hermann-Schnaufer-Straße 5
- Kindergarten Farbklecks, Mittlere Straße 45 (Merklingen)
- Klösterle, Kapuzinerberg 11
- Physiotherapie-Praxis Körperwerk, Brastraße 24 (Merklingen)
- Rathaus, Liebenzeller Straße 29 (Münklingen)
- Schulzentrum (Heinrich-Steinhöwel-Schule), Jahnstraße 10 Räume entnehmen Sie der Übersicht im Schaukasten am Eingang zur Heinrich-Steinhöwel-Schule. Ausschilderung bitte beachten!
- Spital, Stuttgarter Straße 51/1 (Eingang: vom Innenhof)
- Stadthalle, Jahnstraße 14
- Turn- und Festhalle, Friedenstraße 7 (Schafhausen)
- Grund- und Werkrealschule – Würmtalschule (Merklingen) Küche im neuen Schulgebäude: Eingang Paulinenstraße Sprachkurse und Vorträge im neuen Schulgebäude: Hauptschulgebäude, Eingang Friedhofstraße 9 Schulturnhalle Eingang über Grundschule, Hofmauerstraße 20

in Weissach:

- Alte Strickfabrik, Bahnhofstraße 36 (Weissach)
- Bibliothek in der Zehntscheuer, Hirschstraße 9 (Weissach)
- Ferdinand-Porsche-Schule/-Gemeinschaftsschule, Nußdorfer Straße 34 (Weissach)
- Grundschule Flacht, Friolzheimer Straße 14
- Heckengäusporthalle II, Hölderlinstraße 1 (Weissach)
- Festhalle Flacht, Friolzheimer Straße 38
- Kinder- und Familienzentrum Villa Kunterbunt, Friolzheimer Str. 37/1 (Flacht)
- Sporthalle Flacht, Tiefenbronner Weg



© Städte-Verlag
E.v.Wagner & J.Mitterhuber GmbH
Steinbeisstraße 9, 70736 Fellbach
LEONBERG
zur Autobahn
vhs

Allgemeine Geschäftsbedingungen

1. Anmeldung/Bezahlung
Die **Anmeldung** erfolgt durch das Ausfüllen der beiliegenden **Anmeldekarte mit Einzugsermächtigung** bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn. Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben; eine Teilnahmekarte geht Ihnen per Post bzw. per E-Mail zu. Im Falle, dass der Kurs bereits belegt ist oder nicht zustande kommt, werden Sie ebenfalls von uns benachrichtigt. **Falls Sie vor Kursbeginn keine Nachricht erhalten haben, fragen Sie unbedingt im Sekretariat der vhs nach.** Auch bei einer Teilnahme ohne vorherige Anmeldung fallen die Kursentgelte in voller Höhe an.
Für Lehrgänge, die sich über mehrere Semester erstrecken, kann die vhs im Programmheft eine Ratenzahlung ausweisen; dies gilt ebenso bei Studienfahrten.
Das Kursentgelt wird **nach Kursbeginn** von Ihrem Konto abgebucht. Ausnahmen sind beim Kurs vermerkt. Bankgebühren, die durch Verschulden der Teilnehmer entstehen, müssen von diesen getragen werden. Eintrittskarten für Vorträge sind an der Abendkasse erhältlich; hier ist keine Anmeldung erforder-lich.

2. Entgelte
Die Entgelte sind jeweils angegeben und werden nach der vom Gemeinderat der Stadt Leonberg beschlossenen Entgeltordnung erhoben.
Kommt ein/e Teilnehmer/-in der Verpflichtung zur Zahlung nicht nach, so ergeht eine Zahlungsaufforderung. Für die nachfolgenden **Mahnungen** ist ein Bearbeitungsentgelt von jeweils 5,00 € fällig.

3. Ermäßigung
Folgende Ermäßigungen sind möglich:
50 % für Inhaber/-innen eines Familienpasses aus Leonberg, Rutesheim und Weil der Stadt (entsprechend den dort gültigen Richtlinien);
20 % für Schüler/-innen, Vollzeitstudierende, Auszubildende (bis zum 27. Lebensjahr) sowie Schwerbehinderte (ab 80 %).
Die Ermäßigung muss durch Vorlage eines gültigen Berechtigungsnachweises für jedes Semester neu beantragt werden. Bei schriftlicher Anmeldung muss eine Kopie gleichzeitig beiliegen. Eine nachträgliche Berücksichtigung der Ermäßigung ist nicht möglich.
Die/der Teilnehmer/-in erhält immer die für ihn/sie günstigste Ermäßigung (keine Kumulation!).
Bei Kursen, die mit „K" gekennzeichnet sind (Kinder- und Jugendkurse), ist nur noch die Familienpaß-Ermäßigung möglich.
Auf Sachkosten (Material, Lebensmittel, Bücher etc.), Teilnahmebescheinigungen, Studienfahrten und -reisen und bei Vorträgen wird keine Ermäßigung gewährt.
Bei der Anmeldung per E-Mail bzw. über Internet ist die Ermäßigung grundsätzlich ausgeschlossen.

4. Mindestteilnehmerzahl
Kurse werden in der Regel bei einer Mindestteilnehmerzahl von 9 Personen durchgeführt. Bei Kursen mit zu geringer Teilnehmerzahl, die auf Wunsch der Teilnehmer/-innen durchgeführt werden, muss ein kostendeckender Entgeltaufschlag erhoben werden bzw. eine Reduzierung der Unterrichtseinheiten erfolgen. (Kommen nach Festsetzung der Aufzahlung weitere Teilnehmer/-innen hinzu, bleibt die Erhöhung davon unberührt). Kurse, die mit „Kleingruppe" im Programmheft ausgeschrieben werden, sind für 5-7 Personen konzipiert und gesondert kalkuliert.

5. Ausfall von Kursen
Die vhs kann wegen zu geringer Anmeldezahl, Ausfall eines Kursleiters oder anderer, von ihr nicht zu vertretender Gründe, eine Veranstaltung ausfallen lassen. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen erstattet. Weitergehende Ansprüche bestehen nicht. Vorübergehender Unterrichtsausfall wird durch Plakataushang bekanntgegeben. Diese Termine werden üblicherweise im Anschluß an das geplante Kursende nachgeholt. An gesetzlichen Feiertagen und während der Schulferien findet in der Regel kein Unterricht statt (bitte örtliche Festlegungen der Ferienregelung beachten).

6. Rücktritt eines Teilnehmers
Die Rücktrittserklärung, die in schriftlicher Form ausschließlich bei der vhs-Geschäftsstelle – unter Rückgabe der Teilnahmekarte – erfolgen muss, **ist bei Wochenendveranstaltungen bis 10 Tage vor Kursbeginn,** d.h. bis spätestens Mittwoch der vorhergehenden Woche, bei allen anderen Veranstaltungen bis 7 Tage vor Kursbeginn (soweit keine Sonder-regelungen vereinbart sind), möglich.
Wochenendveranstaltungen sind Kurse, die freitags (ab 17.00 Uhr), samstags und/oder sonntags beginnen bzw. stattfinden. **Bei fristgerechter Abmeldung erhalten Sie eine schriftliche Bestätigung. Es wird ein Abmeldeentgelt von 5,00 € fällig.** Bei späterem Rücktritt durch den/die Teilnehmer/-in ist eine Entgelterstattung nicht möglich. Das gilt auch für den Fall, dass sich ein/e Teilnehmer/-in kurzfristig (kürzer als 10 bzw. 7 Tage vor Kursbeginn) anmeldet. Bei längerfristigen Lehrgängen ist eine schriftliche Kündigung mit einer Frist von 6 Wochen zum 30.06. bzw. 31.12. für das darauffolgende Semester möglich. Die Entgelte sind bis zum Ablauf des Kündigungstermines zu zahlen. Bei Studienfahrten und -reisen gelten besondere Rücktrittsbedingungen.

7. Leistungsumfang
Der Umfang der Leistungen der vhs ergibt sich aus der Kursbeschreibung des jeweils gültigen Programms. Mündliche Nebenabreden sind nicht getroffen. Die/der Kursleiter/-in ist zur Änderung der Vertragsbedingungen und zur Abgabe von Zusagen nicht berechtigt. Entgegen der Ankündigung im Programmheft, kann die vhs auch eine/n andere/n Kursleiter/-in mit der Durchführung beauftragen. Im Übrigen behält sich die vhs notwendige Änderungen gegenüber den Angaben im Programmheft vor.

8. Teilnahmebescheinigungen
Teilnehmer/-innen, die einen Kurs regelmäßig besucht haben (mindestens 80 % der Kurszeit) können nach Kursende eine **Teilnahmebescheinigung** erhalten.
Sie erhalten diese bei Abholung kostenlos oder gegen Gebühr bei Zusendung.
Die Teilnahmebescheinigung muss vor Ablauf des jeweiligen Semesters bei der vhs-Geschäftsstelle beantragt werden.

9. Haftung
Die Haftung der vhs, gleich aus welchem Rechtsgrund, ist auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz beschränkt. Eine Haftung für fremdes Verschulden gemäß § 276, 278 BGB ist ausgeschlossen, soweit keine gesetzlichen Vorschriften entgegenstehen. Der Haftungsanspruch ist auf die Höhe des jeweiligen Kursentgelts beschränkt. Für Unfälle während der Veranstaltung, auf dem Weg zur und von der Veranstaltungsstätte sowie für Diebstahl und den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen übernimmt die Volkshochschule auch bei Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche keine Haftung.
Eltern haften für ihre Kinder bei Personen- oder Sachschäden während des Unterrichts. Bitte achten Sie darauf, dass bei Kinderkursen die Kinder erst unmittelbar vor Kursbeginn erscheinen und nach Kursende umgehend abgeholt werden. **Eine Aufsichtspflicht in den Pausen besteht seitens der vhs nicht.**

10. Studienfahrten/-reisen
Bei diesen Veranstaltungen tritt die vhs lediglich als Vermittlerin auf. Daher können hier keine Ermäßigungen gewährt werden. Es gelten die üblichen Regelungen des Reisebürogewerbes und der Leistungsträger.

11. Koch- und Backkurse
Zusammen mit dem Kursentgelt wird ein Abschlag auf die Lebensmittelkosten abgebucht, der neben dem Kursentgelt ausgewiesen ist. Auf diesen Abschlag gibt es keine Ermäßigung!
Die genaue Abrechnung erfolgt im Kurs.

Die Volkshochschule der Stadt Leonberg ist eine öffentliche Einrichtung der Erwachsenenbildung.

Unser Programm im Internet: www.vhs.leonberg.de

Die Mehrzahl der Bilder in diesem Programmheft wurden bei fotolia.de eingekauft.

Wie melde ich mich an?
Anmeldung ab sofort möglich -

alle Anmeldungen, die bis zum 7. September bei uns eingehen, werden gleich behandelt. Danach erfolgt die Bearbeitung der Anmeldungen in der Reihenfolge des Eingangs.

Telefonische Anmeldungen und Vormerkungen sind nicht möglich!

Bei der persönlichen Anmeldung müssen wir uns auf allgemeine Kursinformationen beschränken. Für detaillierte Auskünfte und eine fachliche Beratung stehen Ihnen die Fachbereichsleiter/-innen zur Verfügung. Die Telefon-Nummern finden Sie auf der vorderen inneren Umschlagseite.

Unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie auf Seite 100.

Teilnehmer/-innen mit E-Mail-Adresse bitte beachten!!!

Sie haben sich über das Internet angemeldet und damit ist Ihre E-Mail-Adresse bei uns registriert.
- Ihre **Teilnahmekarte** erhalten Sie ab sofort ausschließlich als E-Mail.
- Auch bei einer künftigen Anmeldung „in Papierform" geht Ihnen die betr. Teilnahmekarte grundsätzlich als E-Mail zu.

1. Anmeldungen per Post oder per Fax:

- Anmeldekarte mit Einzugsermächtigung ausfüllen und unterschreiben (!)
- pro Person eine Anmeldekarte ausfüllen
- Anmeldekarte an vhs senden oder direkt bei der Geschäftsstelle abgeben oder einwerfen
- Teilnahmekarte wird Ihnen zugesandt, Teilnehmer/-innen mit bei uns registrierter E-Mail-Adresse erhalten die Bestätigung per E-Mail.
- Sollten Sie innerhalb von zwei Wochen keine Nachricht erhalten haben, fragen Sie bitte im Sekretariat nach.

2. Anmeldungen übers Internet: www.vhs.leonberg.de

3. Persönlich

stehen Ihnen die Mitarbeiter/-innen der vhs-Geschäftsstelle zu unseren Öffnungszeiten für Auskünfte zur Verfügung.

Kulturveranstaltungen

Abenteuer Kunst



Die Spielstätte beim historischen Marktplatz seit 1976

Das Theater im Spitalhof ist eine Musik- und Theaterbühne, die Experimente wagt und auf Aktuelles reagiert. Dargeboten werden Zeitstücke, professionelles Kinder- und Jugendtheater, Schultheater, Kabarett und Ausgewähltes aus dem Kleinkunstbereich sowie Neue Musik und Jazz.

Das aktuelle Programm steht im Amtsblatt.

Kontakt:
Amt für Kultur der Stadt Leonberg
Heinz-D. Erbe Telefon 07152 990 1423

Vorverkauf in der Stadthalle Leonberg, Römerstraße 110,
Reservierungen Telefon 07152 990 1402 von 9-12 Uhr,
Kasse im Spitalhof ½ Stunde vor Veranstaltungsbeginn
Parken im Parkhaus Marktplatz und in der Hanggarage

Veranstalter ist das Amt für Kultur der Stadt Leonberg

Donnerstag, 1.Oktober 2015
10.30 Uhr
Theaterkunst
Froschkönig
Eine Revue für alle Glücksucher
TheaterGeist, Berlin
Für Zuschauer ab 5 Jahren
9 Euro / erm. 5 Euro (Kinder)

Dienstag, 6. Oktober 2015
Ausstellung und Konzert
19 Uhr
Der Maler Herbert Joos
19.30 Uhr
Herbert Joos und Birthday Band
mit Bebelaar, Joos, Lenz und Günter „Baby" Sommer
15 Euro / erm. 10 Euro (Schüler und Studenten)

Dienstag, 13. Oktober 2015
19.30 Uhr
Kabarett Sauvignon
Wein, Witz & Gesang von und mit Thomas C. Breuer
15 Euro / erm. 10 Euro (Schüler und Studenten)

Donnerstag, 15. Oktober 2015
10.30 Uhr
Ich kenne einen Jungen in Afrika
nach einer Geschichte von Kirsten Boie
Theater Patati Patata, Reutlingen
Für Zuschauer ab 6 Jahren
9 Euro / erm. 5 Euro (Kinder)

Mittwoch, 28. Oktober 2015
19.30 Uhr
Theaterkunst
Faust I
Eine Kriminalgeschichte
nach und mit dem Text von Johann Wolfgang von Goethe
Theater Künster, Mayen
13 Euro / erm. 10 Euro (Schüler und Studenten)

Donnerstag, 29. Oktober 2015
10.30 Uhr
Theaterkunst
Der kleine Prinz
nach Antoine de Saint-Exupéry
FigurenTheater Künster, Mayen
Für Zuschauer ab 6 Jahren
9 Euro / erm. 5 Euro (Schüler)

Donnerstag, 12. November 2015
10.30 Uhr
Weissnich
und die Suche nach der eigenen Geschichte nach einem Kinderbuch von Joke van Leeuwen
Theater La Senty Menti, Frankfurt
Für Zuschauer ab 5 Jahren
9 Euro / erm. 5 Euro (Kinder)

Samstag, 14. November 2015
19.30 Uhr
Musik in Leonberg
Konzert mit dem Barock-Ensemble'83 e. V.
Leitung Bernd Koreng
Eintritt frei

Mittwoch, 18. November 2015
19.30 Uhr
Kabarett
Der Weg ist das Holz
von und mit Frank Sauer
15 Euro / erm. 10 Euro (Schüler und Studenten)

Donnerstag, 26. November 2015
10.30 Uhr
Theaterkunst
Flügelchen
Figurentheater Heidrun Warmuth
Für Zuschauer ab 4 Jahren
9 Euro / erm. 5 Euro (Kinder)

Donnerstag, 3. Dezember 2015
10.30 Uhr
Theaterkunst
Der magische Adventskalender
Fliegendes Theater, Berlin
Für Zuschauer ab 4 Jahren
9 Euro / erm. 5 Euro (Kinder)

Donnerstag, 10. Dezember 2015
10.30 Uhr
Theaterkunst
Der schöne Fischer
ein türkisches Märchen
Junges LT Tübingen
Für Zuschauer ab 6 Jahren
10 Euro / erm. 6 Euro (Schüler und Studenten)

Samstag, 30. Januar 2016 (Premiere)
Sonntag, 31. Januar 2016
Samstag, 6. Februar 2016 und
Samstag, 20. Februar 2016
Jeweils 19.30 Uhr
Theater
Pest
von Peter Höfer
bühne 16
Im 17. Jahrhundert wütet in Leonberg die Pest. Das Stück zeigt, wie unterschiedlich sich Menschen in unmittelbarer Todesgefahr verhalten.
Spielleitung Annalies Müller
15 Euro / erm. 8 Euro (Schüler und Studenten)